



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTA DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y SU INFLUENCIA EN EL MINI ATLETISMO
EN LOS NIÑOS DE 7 A 8 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA LIBERTAD, EN
EL CANTÓN ESPEJO, PROVINCIA DEL CARCHI, AÑO LECTIVO 2017-2018.

Trabajo de grado previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento
Deportivo

AUTOR:

Aza Caicedo Marlon Javier

DIRECTORA:

MSc. Zoila Esther Realpe Z.

Ibarra, 2018

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado participar como Directora del Trabajo de Grado con el siguiente tema: La iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018. Trabajo realizado por el señor: Aza Caicedo Marlon Javier previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

Al ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad.

La Directora



MSc. Zoila Esther Realpe

CI. 1001776473

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL
UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA


Los miembros del Tribunal aprueban el informe, de investigación sobre el tema: La iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018. Del egresado Aza Caicedo Marlon Javier, previo a la obtención del título de Licenciado de Entrenamiento Deportivo.


Ibarra 01 de marzo de 2018

Para constancia firma


MSc. Zora Esther Realpe
DIRECTAR A

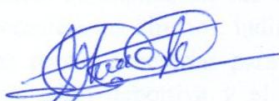

MSc. Paúl Salazar P.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL


MSc. Washington Suasti V.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL


MSc. Vicente Yandún Yalamá
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

AUTORÍA

Yo, Aza Caicedo Marlon Javier declaro bajo juramento que la presente investigación, es de total responsabilidad del autor, y que se han respetado las diferentes fuentes de investigación realizando citas correspondientes.



Sr. Aza Caicedo Marlon Javier

CI: 0401652680

RESUMEN

El trabajo de investigación va a determinar la importancia de la iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018. El objetivo general es determinar la relación de la iniciación deportiva y el mini atletismo, especialmente identificar el conocimiento de los entrenadores sobre su rutina de la preparación física general y coordinativa. Se diseñó la justificación donde se explica las razones porque se realiza esta investigación, cuales son los beneficiarios directos, indirectos. También se plantea el marco teórico donde se da las pautas necesarias para dirigir científicamente el trabajo técnico a cerca de la iniciación deportiva y el mini atletismo basándose en libros, revistas, artículos científicos etc. La investigación es de campo, de tipo descriptiva, bibliográfica, y también propositiva. A los entrenadores como sujeto de estudio, se les aplicó una encuesta, que releva un bajo dominio teórico y práctico sobre el proceso de iniciación deportiva y el mini atletismo; existe desconocimiento de las fases de iniciación deportiva y de cuáles son las fichas de observación que se van aplicar en las capacidades coordinativas y los test para sus habilidades motrices básicas en los niños(as), en la valoración de las fichas de observación y test físicos se ubican en regular y bueno tanto en saltos, lanzamientos, carreras y sus capacidades coordinativas obteniendo los resultados para representar en cuadros estadísticos, gráficos, de ahí que se plantea las conclusiones y recomendaciones. Las mismas que sirvieron de base para la elaboración de la guía didáctica, donde se encontró ejercicios acordes a los niños, juegos pre deportivos que les permite mejorar el estado biopsicosocial y el desarrollo de sus capacidades coordinativas y habilidades motrices básicas, sin forzar a los niños (as) en la Unidad Educativa Libertad.

Palabras claves: Iniciación deportiva, influencia, mini atletismo, guía didáctica.

ABSTRACT

The research work aims to determine the importance of sports initiation and its influence on mini athletics in children from 7 to 8 years from the Unidad Educativa Libertad, in Espejo, in Carchi Province, school year 2017-20018. The general objective is to determine the relationship of sports initiation and mini-athletics, especially to identify coaches' knowledge of their general and coordinative physical preparation routine. The justification was designed, explaining the reasons why this research is carried out, which are the direct and indirect beneficiaries. It also raises the theoretical framework where the necessary guidelines are given to scientifically direct the technical work about sports initiation and mini-athletics based on books, magazines, scientific articles, etc. This is a field research, descriptive, bibliographic, and also propositive. To the coaches as subjects of study, a survey was applied to them, which reveals a low theoretical and practical mastery of the process of sports initiation and mini-athletics; there is a lack of knowledge of the sports initiation phases and which observation cards are to be applied in the coordinative capacities, and the tests for their basic motor skills in children, in the evaluation of the observation and physical test sheets, they are located in regular and good in jumps, throws, races and their coordinative capacities obtaining the results to represent in statistical tables and graphs, getting the conclusions and recommendations, which were used as based for the elaboration of the didactic guide, where exercises according to the children were found, pre-sports games that allow them to improve the biopsychosocial state and the development of their coordinative abilities and basic motor skills, without forcing the children (as) in Unidad Educativa Libertad.

Keywords: Sports initiation, influence, mini athletics, didactic guide.



Marlon Aza Calcedo

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado especialmente a Dios sobre todas las cosas por darme la oportunidad de vivir e iluminar el sendero de estudio y haberme dado la misión de ser un líder y caminar hasta lograr un propósito.

A mi Madre Esperanza y a mi hija Camila que son el pilar fundamental de mi vida y motivación para seguir adelante luchando por una meta.

También agradezco a mi familia por su dedicación, esfuerzo y compromiso que me brindaron en todo momento para lograr superarme como un profesional inculcando valores tal como respeto, honestidad, disciplina.

Marlon Aza Caicedo

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad Técnica del Norte, a los Maestros, ya que es una universidad donde fundaron los estudios académicos para un desarrollo general deportivo al bien del pueblo especialmente a los niños (as) de la Unidad Educativa Libertad.

Agradezco Carrera de Entrenamiento Deportivo, a todos y cada uno mis maestros por darme la oportunidad de ilustrarme en todo el periodo académico y poder culminar con mis estudios, y así poner en práctica el conocimiento adquirido con los deportistas, aplicando correctamente la filosofía y la ética de un buen entrenador, así como un agradecimiento especial al Coordinador de Carrera Dr. Vicente Yandún Y.

A la Directora de grado, Mcs. Zoila Realpe por ser la guía de este trabajo mejorando y fortaleciendo las propuestas aplicadas en esta investigación, y asimismo cumplir con el objetivo propuesto. Facilitando todos los conocimientos filosóficos logrando impulsar al mejoramiento del deporte.

Este trabajo trazado como un sueño se cumplió gracias al esfuerzo y apoyo de mi familia y esposa y mi hija porque siempre estuvieron en los momentos cuando los necesitaba de forma cariñosa y constante, quien a través de los consejos y formación personal hicieron de esto un logro fundamental en mi vida, cumpliendo metas propuestas y rompiendo obstáculos.

Y sobre todo a Dios, por haberme iluminado con la fortaleza, la constancia y la sabiduría para desarrollar este proyecto. A todos los que de una u otra manera estuvo presente incondicionalmente, con el apoyo del conocimiento académico, experiencias vividas, esfuerzo y dedicación.

Marlon Aza Caicedo

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL.....	iii
AUTORÍA.....	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT	vi
DEDICATORIA	vii
AGRADECIMIENTO.....	viii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	ix
ÍNDICE DE TABLAS	xiii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xv
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	10
1. MARCO TEÓRICO.....	10
1.1 Iniciación deportiva.....	10
1.1.1 Fases de formación deportiva.....	11
1.1.1.1 Formación motriz básica	12
1.1.1.2 Primera etapa de iniciación	12
1.1.1.3 Segunda etapa de iniciación	13
1.1.2 Esquema formativo del aprendizaje	14
1.1.2.1 Lateralidad.....	15
1.1.2.2 Equilibrio.....	15
1.1.2.3 Espacio-temporal.....	16
1.1.2.4 Coordinación	17
1.1.3 Juegos pre deportivos.....	18

1.1.3.1 Juegos pre deportivos específicos	19
1.2 Mini atletismo	19
1.2.1 Carreras	20
1.2.1.1 Velocidad	21
1.2.1.2 Resistencia.....	22
1.2.2 Saltos	23
1.2.2.1 Salto en sentadillas adelante.....	23
1.2.2.2 Rebotes cruzados.....	24
1.2.2.3 Salto con cuerda	25
1.2.3 Lanzamientos	26
1.2.3.1 Lanzamiento de la pelota	27
1.2.3.2 Lanzamiento arrodillado	27
1.2.3.3 Lanzamiento de precisión	28
CAPÍTULO II	30
2. METODOLOGÍA	30
2.1 Tipos de investigación.....	30
2.1.1 Investigación documental.....	30
2.1.2 Investigación de campo.....	30
2.1.3 Investigación descriptiva.....	31
2.1.4 Investigación propositiva	31
2.2 Métodos de investigación.....	31
2.2.1 Método inductivo	31
2.2.2 Método deductivo.....	32
2.2.3 Método analítico.....	32
2.2.4 Método sintético.....	32

2.2.5	Método estadístico	32
2.3	Técnicas e instrumentos	32
2.3.1	Encuesta	33
2.3.2	Test físico.....	33
2.3.3	Ficha de observación.....	33
2.3.4	Cuestionario	34
2.3.5	Observación.....	34
2.4	Matriz de relación	34
2.5	Población.....	36
2.6	Muestra.....	36
CAPÍTULO III.....		37
3.	ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	37
3.1	Encuesta	37
3.2	Test físico y fichas de observación	50
CAPÍTULO IV.....		64
4.	PROPUESTA ALTERNATIVA.....	64
4.1	Título.....	64
4.2	Justificación.....	64
4.3	Fundamentación teórica	65
4.3.1	La planificación en la iniciación deportiva	65
4.3.2	Motivos de la práctica deportiva en edades de iniciación deportiva.....	66
4.3.3	Juego en la iniciación deportiva	67
4.3.4	Principio de equipo	68
4.3.5	El mini atletismo en la escuela.....	69
4.3.6	Las habilidades básicas en el mini atletismo.....	69

4.4	Objetivos	70
4.4.1	Objetivo general	70
4.4.2	Objetivos específicos	71
4.5	Ubicación sectorial y física	71
4.6.	Desarrollo de la propuesta.....	71
4.7	Impacto.....	103
4.7.1	Impacto educativo	103
4.7.2	Impacto en la salud.....	103
4.7.3	Impacto social	103
4.8	Conclusiones y recomendaciones	104
4.8.1	Conclusiones	104
4.8.2	Recomendaciones.....	105
4.9	Respuestas a las preguntas de investigación	106
4.10.	Glosarios de términos.....	108
	Bibliografía	111
	ANEXOS.....	115
	Anexo N° 1 Árbol de problemas.....	115
	Anexo N° 2 Matriz de coherencia.....	116
	Anexo N° 3 Matriz categorial	118
	Anexo N° 4 Matriz de relación o diagnostica	119
	Anexo N° 5 Encuesta	120
	Anexo N° 6 Test físico y fichas de observación	123
	Anexo N° 7 Fichas de observación	128
	Anexo N° 8 Certificados	130
	Anexo N° 9 Fotos.....	137

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1	Conocimiento de iniciación deportiva.....	37
Tabla N° 2	Importante la iniciación deportiva.....	38
Tabla N° 3	Juegos pre deportivos.....	39
Tabla N° 4	Desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas.....	40
Tabla N° 5	Aplica correctamente las capacidades coordinativas.....	41
Tabla N° 6	La capacidad física se debe aplicar de manera específica.....	42
Tabla N° 7	Conoce lo suficiente acerca del mini atletismo.....	43
Tabla N° 8	Festivales deportivos anuales.....	44
Tabla N° 9	Importante dar énfasis en la enseñanza.....	45
Tabla N° 10	Reglamentación que se utiliza en el mini atletismo.....	46
Tabla N° 11	Práctica del mini atletismo mejora el estado físico.....	47
Tabla N° 12	Propuesta alternativa de iniciación deportiva.....	48
Tabla N° 13	Una propuesta alternativa de iniciación deportiva.....	49
Tabla N° 14	Velocidad.....	50
Tabla N° 15	Resistencia.....	51
Tabla N° 16	Salto en sentadillas hacia adelante.....	52
Tabla N° 17	Rebotes cruzados.....	53
Tabla N° 18	Saltos con cuerda.....	54
Tabla N° 19	Lanzamiento de la pelota.....	55
Tabla N° 20	Lanzamiento arrodillado.....	56
Tabla N° 21	Lanzamiento de precisión.....	57
Tabla N° 22	Habilidad y destrezas en el juego.....	58
Tabla N° 23	Espacio tiempo de juego.....	59
Tabla N° 24	Ritmo medio de juego.....	60

Tabla N° 25	Familiarización de instrumentos.....	61
Tabla N° 26	Trabajo en equipo.....	62
Tabla N° 27	Captación de reglas de juego.....	63

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1	Conocimiento de iniciación deportiva.....	37
Gráfico N° 2	Importante la iniciación deportiva.....	38
Gráfico N° 3	Juegos pre deportivos.....	39
Gráfico N° 4	Desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas.....	40
Gráfico N° 5	Aplica correctamente las capacidades coordinativas.....	41
Gráfico N° 6	La capacidad física se debe aplicar de manera específica.....	42
Gráfico N° 7	Conoce lo suficiente acerca del mini atletismo.....	43
Gráfico N° 8	Festivales deportivos anuales.....	44
Gráfico N° 9	Importante dar énfasis en la enseñanza.....	45
Gráfico N° 10	Reglamentación que se utiliza en el mini atletismo.....	46
Gráfico N° 11	Práctica del mini atletismo mejora el estado físico.....	47
Gráfico N° 12	Propuesta alternativa e iniciación deportiva.....	48
Gráfico N° 13	Una propuesta alternativa de iniciación deportiva	49
Gráfico N° 14	Velocidad.....	50
Gráfico N° 15	Resistencia.....	51
Gráfico N° 16	Salto en sentadillas hacia adelante.....	52
Gráfico N° 17	Rebotes cruzados.....	53
Gráfico N° 18	Salto con cuerda.....	54
Gráfico N° 19	Lanzamiento de la pelota para niños.....	55
Gráfico N° 20	Lanzamiento arrodillado.....	56
Gráfico N° 21	Lanzamiento de precisión.....	57
Gráfico N° 22	Habilidad y destrezas en el juego.....	58
Gráfico N° 23	Espacio tiempo de juego.....	59

Gráfico N° 24	Ritmo medio de juego.....	60
Gráfico N° 25	Familiarización de instrumentos.....	61
Gráfico N° 26	Trabajo en equipo.....	62
Gráfico N° 27	Captación de reglas de juego.....	63

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la metodología con la que se aborda la iniciación deportiva y la incidencia del mini atletismo, es de mucha responsabilidad. El entrenador deportivo se convierte en el elemento que influye en la práctica y el desarrollo de modelos alternativos y tradicionales. De esta manera los docentes de educación física, los entrenadores deben entender la enseñanza del deporte alejándose de los clásicos planteamientos selectivos y excesivamente competitivos, donde un atleta estaba al servicio del entrenador y sobre todo a los resultados deportivos.

Al respecto se manifiesta que la enseñanza de los deportes se plantee de una forma más integral y educativa, el entrenador deberá tener un perfil cercano al de un maestro o educador con una formación técnica y psicopedagógica adecuada, acordes a los intereses y necesidades de los atletas. Con estos enfoques se pone de manifiesto la importancia que tiene un cambio profundo en la mentalidad de los entrenadores deportivos o docentes de educación física, pasando a ser individuos que orienten y faciliten la formación motora de los estudiantes.

Conocidos estos antecedentes, el objetivo de la investigación es determinar cómo incide la iniciación deportiva el mini atletismo de los alumnos de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad de la del Cantón Espejo, provincia del Carchi en el periodo 2017– 2018.

Luego de conocer la introducción del trabajo de grado se detalla a continuación los siguientes capítulos que se presentan de la siguiente manera:

El Capítulo I: El Marco Teórico, se refiere al desarrollo de las variables independientes y dependiente relacionada al problema de investigación.

En el Capítulo II: La Metodología de trabajo de grado, donde contiene aspectos como los tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos, matriz diagnóstica, población y muestra.

El Capítulo III: Está basado en el análisis e interpretación de resultados obtenidos a través de la aplicación de una encuesta a los entrenadores y una ficha de observación aplicada a los niños (as).

El Capítulo IV: La Propuesta, contiene aspectos relacionados con la justificación, fundamentación, objetivos, ubicación sectorial y física, desarrollo de la propuesta, impacto, difusión, conclusiones, recomendaciones, la contestación a las preguntas de investigación y por último se plantea la bibliografía, anexos.

Tema

La iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2016-2017.

Contextualización del problema

La siguiente investigación está basada en la iniciación deportiva del mini atletismo para los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad donde se analizó sus causas, efectos y consecuencias.

A nivel Nacional no es frecuente que las actividades de la iniciación deportiva ya que la mentalidad de algunos de los profesores y entrenadores como también directivos en general solo piensan en el campeonísimo y poca capacitación para manejar de manera sistemática los procesos en los niños(as) prolongando la enseñanza

de los fundamentos técnicos a tempranas edades, de ahí que toma poca importancia la práctica del mini atletismo ya que la mayoría de deportistas se interesan por las escuelas de fútbol ocasionando el desinterés por practicar el mini atletismo.

Existe poco interés en las provincias por participar en festivales Nacionales del mini atletismo que se desarrolla a través de la Federación Ecuatoriana de Atletismo, por la poca información del cronograma anual que impide la mayor participación.

En la provincia del Carchi se cuenta con pocos profesionales que se dediquen a la preparación de los niños a tempranas edades, por falta de preparación y desconocimiento del proceso de la iniciación deportiva encaminado al mini atletismo, ya que se concentran más en los fundamentos técnicos de otros deportes, de ahí que en la provincia no toman la importancia en participar en los festivales deportivos del mini atletismo ya que las unidades educativas no participan en mayoría, organizada por medio de la Federación Deportiva Estudiantil del Carchi.

Considerando que la iniciación deportiva es el aprendizaje de todo movimiento corporal encaminado a varios deportes, donde se fortalece las capacidades coordinativas, esencial para el futuro del deportista, para ello se requiere el desarrollo de habilidades, técnicas.

Lo que preocupa en la Unidad Educativa Libertad es el desconocimiento de iniciación deportiva y el proceso educativo por medio de los profesores de educación física, afectando a los niños en el poco desarrollo de sus capacidades coordinativas, llegando al ejercicio forzado.

En la Institución Educativa no toman en cuenta al niño como un proceso de enseñanza aprendizaje ya que existe deficiente metodología de enseñanza de su

capacidad motriz lo que especifican sus actividades de trabajo con fundamentos técnicos de diferentes deportes olvidando su transcurso deportivo dejando falencias y malos gestos técnicos inadecuados en los niños, desmejorando sus habilidades y destrezas.

El proceso de iniciación deportiva se ha considerado como una de las bases principales del desarrollo integral del niño. En la Institución Educativa hay poco interés por parte de los profesores y padres de familia. Ya que no hay una estructurar de trabajo ni metodología para la enseñanza aprendizaje de los niños de 7 a 8 años, lo que conlleva a las falencias y las dificultades en sus tareas deportivas y desmotivación. Dando paso al empirismo basándose en una bibliografía o planificaciones erróneas ya sea la de adulto o de determinados deportes que no concuerden con los ejercicios apropiados del niño de 7 a 8 años. Y como resultado de una mala metodología de enseñanza hace que los niños se frustren al no poder hacer los ejercicios aplicados en clase llegando a un abandono y fracaso deportivo.

El mismo hecho que programen pocos eventos deportivos del mini atletismo a nivel institucional o cantonal hace que los niños desconozcan sus actividades, reglamento y las pruebas, así como el desmejoramiento de sus habilidades y abandono del deporte, por falta del aprendizaje motor.

Justificación

Esta investigación es original por ser la primera vez que se realiza en la Unidad Educativa Libertad del cantón Espejo, provincia del Carchi acerca del mini atletismo, además esta institución ha participado en muy pocas veces en eventos deportivos debido al poco interés de los profesores y autoridades del plantel, así como de los padres de familia.

Es necesario proyectar un programa acorde a las necesidades de los niños(as) para que se trabaje en el mejoramiento deportivo y el desarrollo de capacidades motrices, psicológicas y capacidades coordinativas en general dirigido al mini atletismo.

Es de gran importancia que se respete en los niños el proceso de desarrollo deportivo, físico y lúdico que contengan acciones de motivación y satisfacción y la correcta organización que conlleve a descubrir y desarrollar las actividades básicas tales como correr, saltar y lanzar permitiendo el mejoramiento de sus habilidades.

Se debe empezar el desarrollo del movimiento corporal desde la niñez, buscando el trabajo de las habilidades y capacidades motrices, para que a futuro pueda especializarse con una gran riqueza de movimientos que le permita rendir al máximo realizando varios deportes y a su vez fortaleciendo el mini atletismo como punto primordial, esto proporciona al niño un desarrollo motriz rico y variado que va a ser el sustento de una posterior especialización en cualquiera de los deportes que decida practicar en el futuro.

Todo esto se debe concientizar a los padres, entrenadores, educadores físicos que se evite programar entrenamientos estructurados y especializados de un deporte durante la niñez, como también el mal uso de sus conceptos y métodos de enseñanza por más buenas condiciones que observemos en los niños(as), debe dejar que se desarrolle adecuadamente, sin acelerar y despreocupar su desarrollo deportivo. Si no al contrario, debe buscar y hacer que los deportes se conviertan en una verdadera ayuda para que los niños(as) desarrollen destrezas físicas, se ejerciten, socialicen, se diviertan, aprendan a jugar formando parte de un equipo, como también a jugar limpio y a mejorar su autoestima.

El interés de esta investigación es el cambiar la forma de pensar en los entrenadores, dirigentes y padres de familia o las personas en general para que se masifique la práctica del mini atletismo en los niños(as) y los beneficios son diversos como por ejemplo enseñar a cumplir reglas, valores y a superar la timidez, le hará más colaborador y menos individualista, respeto a los demás, ayudará a que sea más coordinado, aumenta su crecimiento físico, potencia la creación de hábitos físicos, por sobre todo busca, descubre y prepara a los talentos deportivos.

La estrecha conexión que mantienen con la habilidad o destreza motriz ya que forma conjunta a través de ejercicios físicos y el trabajo de los grupos musculares importantes así como el proceso metabólico mejorando la formación deportiva.

Para un adecuado plan de trabajo con los niños(as) es necesario clasificar las capacidades físicas en: velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad, y las coordinativas que son: equilibrio, agilidad, coordinación, espacial, orientación y multilateralidad donde permitirá llegar con más destrezas al mini atletismo mejora su forma deportiva.

Los principales beneficiarios directos de esta investigación fueron las autoridades, entrenadores docentes, y padres de familias y principalmente los niños(as) de la Unidad Educativa Libertad, y como los beneficiarios indirectos son la comunidad en general.

Es factible por que en la Unidad Educativa Libertad existe la colaboración de todo plantel y la comunidad para que se lleve a cabo este trabajo de investigación logrando aplicar los procesos adecuados de la iniciación deportiva que ayuda a mejorar el trabajo del mini atletismo logrando que los niños tengan el gusto por disfrutar de eventos deportivos sin forzar sus capacidades físicas.

Se cree conveniente crear un guía didáctica de iniciación deportiva de mini atletismo para el desarrollo por etapas, concientizando a los padres de familia, profesores o encargados de que hacer deportivo y educativo de los niños(as) para que se incentiven en la práctica del deporte y no sean especializarlos a tempranas edades y mejorar los métodos de enseñanza, motivarles a seguir un proceso formativo educativo para no tener consecuencias tanto físicas, técnicas, fisiológicas y la desmotivación por la práctica del mini atletismo.

Objetivos

Objetivo general

Determinar cómo influye la iniciación deportiva en la preparación del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.

Objetivo específicos

- Identificar qué tipos de juegos pre deportivos utilizan los docentes para la preparación del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.
- Evaluar las capacidades físicas básicas través de ejercicios de la iniciación deportiva mediante test, para conocer el nivel de preparación deportiva en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.
- Evaluar las capacidades coordinativas mediante fichas de observación para conocer el nivel de preparación de los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.

- Elaborar una propuesta alternativa de juegos pre deportivos del mini atletismo para mejorar el rendimiento de los niños de 7 a 8 años, logrando la máxima variabilidad de experiencias motrices en la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.

Preguntas de investigación

- ¿Cuáles son los tipos de juegos pre deportivos que utilizan los docentes para la preparación del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018?
- ¿Cómo evaluar las capacidades físicas básicas y ejercicios de la iniciación deportiva mediante test, para conocer su nivel de preparación deportiva del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018?
- ¿Cómo evaluar las capacidades coordinativas mediante fichas de observación para conocer el nivel de preparación de los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018?
- ¿Cómo elaborar una propuesta alternativa de juegos pre deportivo enfocado al mini atletismo para mejorar sus habilidades motoras en los niños, logrando la máxima variabilidad de experiencias motrices del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018?

Formulación del problema

¿Falta de conocimiento por el proceso de la iniciación deportiva y su desinterés por la práctica del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.?

CAPÍTULO I

1. MARCO TEÓRICO

1.1 Iniciación deportiva

Los niños (as) de 7 a 8 años de edad transcurren por una serie de etapas educativas motrices, mejorando la formación deportiva en la cual aprende y desarrollan diversas actividades tanto físicas como técnicas. Logrando un progreso racional pedagógico y físico evitando la posible especialización temprana.

Se concluye que la iniciación deportiva va a suponer un proceso en el que el niño se va a iniciar a uno o varios deportes, recordando la formación multideportiva a fin de que en el futuro el joven pueda elegir a partir de sus propios criterios(ejemplo: diversión, nivel de habilidad socialización...)(Víllora, 2009, pág. 19)

En cierta forma la iniciación deportiva es un proceso pedagógico que incide a los niños (as) al aumento de sus capacidades motrices básicas para su desarrollo multifacético especializándose en uno o varios deportes fortaleciendo sus conocimientos técnico de cada disciplina, logrando a futuro que el joven pueda practicar el deporte que el prefiera.

Hay que considerar a la formación motriz de los niños(as) de acuerdo a su edad y trabajar respetando las fases y métodos correctos que le permitan estimular racionalmente el crecimiento del niño y no adquirir movimientos que lo lleven en un automatización por más necesario que perezca.

1.1.1 Fases de formación deportiva

Se habla de grandes hábitos motores que permiten formar al niño de manera coordinada descubriendo sus habilidades y destrezas que consiente en mejorar su proceso específico, tomando en cuenta que la formación deportiva es integra que va desde lo general a lo concreto en cuanto al deporte. También se enseña y se educa los valores de respeto honestidad, compañerismo haciendo de ellos personas de bien para la sociedad.

Incluye los grandes hábitos del conocimiento pero también los procesos específicos y concretos enseñanza aprendizaje que culmina en lo que se entiende por una persona que se ha formado en el deporte. Esto se circunscribe a muchas y distintas posibilidades, desde el o la practicante que la toma como una actividad de óseo, hasta que la persona pueda elegir inmiscuir en una exigencia profesional. (Giménez Fuentes-Guerra Javier, 2013, pág. 18)

De cierta manera los niños necesitan de la formación general en varios deportes para poder descubrir un futuro y especializarse en un determinado deporte, todo esto se debe a que los profesores de educación física cumplan con la responsabilidad y honestidad al trabajar de acuerdo las edades sin perjudicar los procesos de enseñanza de cada uno, más aun demostrar ser un profesional ya que el buen maestro esta para educar como punto principal en estas edades sin olvidar la preparación biopsicosocial que debe tener el niño, para a futuro tener buenos deportistas.

1.1.1.1 Formación motriz básica

Es importante centrarse en la formación motriz básica ya que se relaciona con la edad de 7 a 8 años donde empiezan el desarrollo de las capacidades coordinativas y fundamentalmente la multilateralidad, es el momento de trabajar con juegos deportivos generales o pre deportivos fortaleciendo su etapa coordinativa y emocional.

La formación motora general, se puede considerar como la de la mayor trascendencia en el niño ya que en ella se desarrolla fundamentalmente la motricidad general a través de un vehículo fundamental que es el juego. En esta fase y de una forma multilateral se desarrollan las capacidades motrices haciendo especial énfasis en las (capacidades coordinativas capacidades que regulan y organizan el movimiento), y de forma moderada las capacidades condicionales (orgánico muscular) teniendo como premisa básica el respeto al proceso desarrollo general del niño. (Blázquez, 1995, pág. 213)

Cuando se habla de formación motora de los niños(as) se refiere a mejorar el movimiento corporal ya que tiene la trascendencia de fortalecer capacidades coordinativas y condicionales, es muy importante establecer las bases para poder lograr a futuro un buen desempeño deportivo ya que se maneja sin ninguna dificultad de movimiento cumpliendo con el rol de manejo multilateral, y sobre todo con el proceso de desarrollo de los niños(as).

1.1.1.2 Primera etapa de iniciación

De acuerdo a esta primera etapa se refiere a orientar a los niño (as) para moldear sus aptitudes, actitudes y habilidades, que están en proceso de desarrollo fisiológico funcional y también avanzar en el estado físico corporal demostrando la motivación

e interés y deseo por participar en eventos deportivos respetando la edad cronológica y como punto más importante las características propias del deporte.

En esta fase debe tener como base orientativa determinadas características del niño a nivel fisiológico, físico, morfológico, psicológico, su edad cronológica, las características del deporte y la motivación hacia la especialidad entre otros aspectos se comienza con la enseñanza de las técnicas específicas básicas, mediante planteamientos metodológicos adaptados, así como el desarrollo de las capacidades motoras generales y específicas. (Blazquez, 1995, pág. 213)

En estas edades los niños (as) se deben preparar de forma general y correcta sin alterar los procesos que son muy importantes en su vida deportiva, como también se aplica técnicas adaptadas a algunos deportes y lo más importante la iniciación deportiva y de sus capacidades motrices básicas fortaleciendo sus capacidades coordinativas.

1.1.1.3 Segunda etapa de iniciación

De acuerdo con esta etapa se refiere al manejo técnico y se profundiza con los deportes complementarios con el fin de centrarse en técnicas, reglas y estrategias de juego, sin desmerecer la formación básica. Como también se trabaja sus habilidades coordinativas básicas.

Una etapa de consolidación, mejora y amplía la formación básica. Practicaremos un número mucho menor de deportes. Como principales objetivos se destaca: competir formal mente en dos o tres deportes complementarios y compatibles, adquirir las habilidades coordinativas generales y específicas de los deportes practicados, ampliar el conocimiento de reglas, adquirir nociones básicas sobre

la técnica individual y colectiva, o desarrollar las cualidades físicas acordes con su edad. (Giménez Fuentes-Guerra, 2006, pág. 169)

Uno de los papeles fundamentales de esta etapa es ayudar a escoger que deporte va a practicar y encaminarse el niño, ya que se desarrolla fundamentos generales y específicos tomando en cuenta que todavía no se define totalmente pero si se toma en cuenta ciertas habilidades propias para cada deporte.

1.1.2 Esquema formativo del aprendizaje

Un esquema formativo permite hacer un proceso de enseñanza- aprendizaje donde los niños se eduquen en las capacidades motrices básicas y sobre todo en los valores como seres humanos ya que es parte significativo del aprender y la acumulación de grandes bagajes de experiencias y conocimientos deportivos en capacidades físicas básicas, capacidades coordinativas y el principio de la multilateralidad, donde el aprender todo lo básico les permite defenderse a futuro y enfrentarse a grandes retos deportivos, educativos y problemas que se enfrenten en la sociedad.

En el proceso de enseñanza - aprendizaje será necesario el desarrollo de aprendizaje significativo, de forma que en la estructura cognitiva del niño exista la base contextual necesaria para asimilar los nuevos contenidos el jugador debe poseer un gran bagaje de experiencias que le sirvan para solucionar, de diferentes y variadas formas distintos problemas, así, como a través de su imaginación y creatividad, plantear nuevas soluciones. (Ferrer, 2011, pág. 09)

El profesor de educación física toma una gran responsabilidad en la formación integral de los niños logrando descubrir talentos deportivo y formando a grandes seres humanos en la sociedad, ya que es la base en los conocimientos físicos y humanos

como son los valores de respeto, compañerismo, disciplina obteniendo una propiedad absoluta de ser un gran líder de trabajo.

1.1.2.1 Lateralidad

La lateralidad permite buscar el desarrollo motriz de todas sus partes corporales, logrando sentar bases y ganando en el niño una formación rica en movimientos corporales de derecha, izquierda con el afán de mejorar el desplazamiento y orientación a diferentes direcciones. “El predominio o la preferencia motriz de una o las dos partes corporales, derecha izquierda, en el desempeño de funciones. De esta distribución depende la utilización preferente de un lado u otro del cuerpo (empate derecha o izquierda) para ejecutar determinadas respuestas o acciones”(Fernández, 2014, pág. 05)

Por lo tanto la importancia de la lateralidad en el niño es el manejo de su motricidad de sus dos o todas sus partes corporales, cumpliendo con el rol fundamental en la formación de la coordinación, orientación y dirección que forman parte de una acción en el movimiento y puntualizando el desplazamiento en varias direcciones: derecha izquierda con el afán de mejorar su capacidad motriz y el desempeño de funciones requeridas en el mini atletismo.

1.1.2.2 Equilibrio

En cierta forma es la capacidad que permite trabajar de manera rigurosa ya que trabaja el sistema nervioso central necesita la información del sistema cinestésico y los sentidos como punto de partida que acciona y controla la fuerza de gravedad para ejecutar un movimiento, controlando ciertas partes del cuerpo como son los músculos, articulaciones y tendones logrando mantener una postura en contra de fuerzas

externas. Por lo tanto el equilibrio es parte de las capacidades coordinativas específicas que les ayuda a los niños a controlar su propio cuerpo en cualquier tipo de movimiento.

Una tarea motora, que se ha de desarrollar en condiciones precarias de equilibrio, en superficie limitadas de soporte o bajo la acción de fuerzas externas que tienden a estorbar continuamente la ejecución programada e hipotética del niño.
(Carrillo Antonio, 2004, pág. 98)

Es importante el trabajo en los niños esta capacidad porque permite fortalecer las articulaciones y músculos sin desmerecer el aporte que hace la capacidad física de la fuerza mejorando los movimiento corporales, también el equilibrio mantiene al niño concentrado y controlando la acción en un espacio reducido o interrumpido por un objeto.

1.1.2.3 Espacio-temporal

Es parte de las capacidades coordinativas generales donde permite dar orden sistemático de una acción procesada proporcionando resultados de ordenar y dirigiendo su acción motriz, ya que el niño afina y vincula su ubicación temporal en juegos espaciales como también es un proceso cronológico que va por etapas cumpliendo su respectivo ciclo. Por lo tanto al hablar de espacio y tiempo nos referimos al cómo se desplaza el niño en un determinado espacio o área, por eso es muy importante tomar en cuenta su edad y el proceso motor que tenga cada individuo. “Es la capacidad que todos tenemos para dar una orden secuencial, de tipo cronológico y espacial, en los procesos motores parciales, que se vinculan entre si hasta que se conviertan en un acto motor unitario e intencionado”. (Carrillo Antonio, 2004, pág. 97)

Esta capacidad debe enseñar de manera consecutiva ya que permite que el niño descubra su espacio de juego tomando en cuenta el tiempo que se aplique en el, permitiendo al niño el desenvolvimiento al realizar la actividad física requerida. También el niño debe relacionarse con el espacio y el tiempo porque la acción que determine en alguna prueba del mini atletismo debe mejorar los resultados en la ampliación de movimientos en el lugar del juego.

1.1.2.4 Coordinación

La coordinación es la capacidad más importante en el desarrollo del niño ya que permite actuar de manera precisa el movimiento en sus diferentes partes del cuerpo cumpliendo de manera ordenada. Regulando y sincronizando sus acciones logrando mantener un desplazamiento con varios segmentos corporales mientras que los otros permanecen en reposo. “La coordinación es la capacidad neuromuscular que tiene el organismo para movilizar las diferencias masas musculares de manera seleccionada y ordenada. Permite regular la sincronización de los movimientos significativos y el encadenamiento significativo de una conducta neuromuscular”. (Mangas, 2008, pág. 37)

Lo que es importante al desarrollar la capacidad coordinativa en los niños es porque son parte de un aprendizaje sistemático donde se maneja la coordinación óculo manual y pedia también se manipula los sentidos tratando de mejorar en conjunto lo que es lo neuromuscular.

Por lo tanto se debe trabajar con los niños en un sinnúmero de ejercicios coordinativos de acción, reacción, como también juegos pre deportivo.

1.1.3 Juegos pre deportivos

Se entiende por juegos pre deportivo todos los juegos que componen una adaptación a un deporte que constituye reglas, exigen destrezas y habilidades propias de diferentes deportes, ya que su práctica es necesaria para su preparación física y técnica con diferentes características por el contenido que dominan los diferentes deportes determinando movimientos, acciones que sirven de base para la asimilación de habilidades.

Los juegos pre deportivos son aquellos que se adaptan de otros con mayor complejidad estructural y funcional, y también aquellos que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva. También lo ubican al caballo entre el juego y el deporte y en la etapa de iniciación deportiva. Los asemeja a los juegos motores reglados (por ejemplo, los juegos de persecución, de lanzamientos, de ocupación de espacios...), si bien puede diferenciarlo el objetivo que se persigue con cada uno de ellos.(Giménez, 2004, pág. 13)

Por lo tanto los juegos pre deportivos les permite adaptar ciertas reglas, movimientos y habilidades que son de mucha importancia para la formación básica física y el mejoramiento del aprendizaje motor que les permite desarrollar la creatividad ocupar los espacios de juego y trabajar en equipo donde fortalecerán el liderazgo y la integración de equipo. De cierto modo los juegos pre deportivos que se aplique tienen que estar dirigidos y encaminados con el objetivo que se quiere lograr en clase.

1.1.3.1 Juegos pre deportivos específicos

Estos juegos permiten centrarse más en un deporte específico con una relación muy cercana a los juegos pre deportivos, permiten ir en camino de un deporte ya que se conoce y se aplican las reglas, espacios y movimientos corporales que se ejecutan en el juego o deporte y se trabaja puntos más estratégicos, algunas técnicas. “Estos juegos tal y como se mencionan son los que están directamente relacionados con un deporte específico. Por ejemplo, el juego de canasta india es un pre deportivo de baloncesto, el juego de pases peleados es un pre deportivo para el balón mano”. (Ramírez, 2005, pág. 87)

Es importante saber que al hablar de juegos pre deportivos no es trabajar fundamentos técnicos del deporte más bien es hacer que el niño se acople y se integren al modelo de un deporte y lo más importante que se motive y le guste la práctica deportiva y en algún día sus habilidades sean las adecuadas para ejecutar correctamente esa disciplina. Por eso se toma mucho en cuenta esta etapa de juegos pre deportivo porque aquí se busca sus intereses y sus habilidades que los niños posean y no caer en la tentación de trasladarlos a deportes que ellos no conocen y no les guste.

1.2 Mini atletismo

El mini atletismo es un programa dirigido para fomentar el atletismo a nivel mundial para los niños(as) de 7 a 8 años de edad creado para desarrollar las habilidades físicas, coordinativas que ayuden a mejorar el estado físico por ser la base de cada prueba con una gran variedad de actividades de pista y de campo, que al momento de realizar la actividad física se interrelaciona con todo el cuerpo del niño mientras juega y comparte con sus compañeros se produce el desarrollo armónico de todo su cuerpo.

“ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF” El “ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF” tiene la intención de provocar excitación jugando al Atletismo. Nuevos eventos y una organización innovadora permitirá a los niños descubrir actividades básicas: carreras de velocidad, de resistencia, saltos, lanzamientos en cualquier sitio (estadio, patio de juegos, gimnasio, cualquier zona deportiva disponible, etc.) (Charles & Simohamed, 2006, pág. 6)

Tomando en cuenta que el mini atletismo es dirigido a niños, a través del juego realizan eventos que son innovadores y fáciles de ejecutar, poniendo de manifiesto reglas fáciles que les permita desenvolverse de mejor la manera en sus actividades ofreciendo a los niño(as) la recreación donde la diversión sea la motivación de cada día y la accesibilidad de poder realizar los eventos de manera clara y fácil sin disgustar por aún desmotivar a los niños(as) por la actividad física y sobre todo que el mini atletismo se imparta a nivel pedagógico - recreativo donde se eduque en los diferentes ámbitos físicos y sociales, logrando despertar el interés masivo en los participantes por seguir dentro de la práctica del Atletismo con pruebas de velocidad, saltos y lanzamientos.

1.2.1 Carreras

Correr fundamentalmente es una actividad natural donde se maximiza la velocidad de desplazamiento, es un movimiento amplio y natural bien sincronizado dando dirección de carrera que está determinada por la amplitud y frecuencia de la zancada, la misma que comprende una fase de apoyo y una de vuelo, la técnica de carrera debe ser enseñada correctamente al niño.

Las carreras, formadas por acciones motrices cíclicas en las que se repiten de forma periódica cada una de las partes que componen su estructura, representado

una habilidad básica de locomoción y una prolongación natural del andar.(Baz, Atletismo, 2000, pág. 10)

La importancia de la capacidad motriz de la carrera está en el movimiento y fuerza de brazos y piernas que son acciones naturales e innatas del ser humano, misma que permite sobrevivir en el entorno, el niño antes de correr primero aprende a marchar poco a poco va adquiriendo capacidades adicionales logrando la exigencia de una nueva habilidad. Hay muchas maneras y ritmos de carreras ya sea en velocidad, resistencia o con obstáculos significa que estas diferentes formas de correr tienen su técnica y su dificultad al momento de su ejecución es por ello que se generaliza en los niños juegos de carreras a diferentes direcciones y ritmos para lograr un buen resultado.

1.2.1.1 Velocidad

La velocidad se determina como la capacidad más técnica para una su enseñanza ya que se ejercita la capacidad física y neuromuscular como también tiene que ver lo que es la habilidad del deportista para un mejor resultado de reacción y acción en algunos ejercicios, por lo tanto esta capacidad permite mejorar sus estímulos al momento de realizar un ejercicio.

Ejercitan de manera diferente determinadas dimensiones de las capacidades psíquicas y neuromusculares, tanto de las que regulan el movimiento como de las electromecánicas que forman la fuerza mediante la práctica de formas de movimiento concretas (habilidades técnicas), son precisamente estas formas de movimiento con optima de reacción velocidad las razón de que las capacidades de rendimiento individuales reaccionen con adaptación y efecto aprendizaje

respecto a determinadas capacidades de velocidad. (Dietrich Martin, 2004, pág. 94)

Por lo tanto la velocidad es un proceso sistemático de velocidad para poder lograr resultados a corto y largo plazo, por ser una disciplina que exige mucha técnica y esfuerzo físico.

La velocidad que se aplica en estas edades no es específica más bien es general ya que se trabaja a través de juegos pre deportivos, se recomienda que al trabajar esta capacidad se debe calentar adecuadamente porque permite trabajar sin mayor esfuerzo lo que conlleva a prevenir las lesiones en los niños.

1.2.1.2 Resistencia

Refiriéndose a la resistencia es la cualidad que permite soportar un ejercicio o carrera de largo aliento manteniendo una fatiga que promueve el estrés y el cansancio del deporte desgastando la capacidad física del organismo ya que se refleja la acción del deporte y el tiempo determinado.

La resistencia psíquica se define como la capacidad del deportista para soportar durante el mayor tiempo posible un estímulo que invita a interrumpir la carga, y la resistencia física como la capacidad para soportar la fatiga que poseen el organismo en su conjunto o algunos de sus sistemas parciales. (Weineck, 2005, pág. 131)

Capacidad de resistencia es el soporte de un esfuerzo en un mayor tiempo posible ya que en los niños se maneja mediante juegos de persecución donde se fortalece y mejora su capacidad sin desmerecer diferentes factores que aplica la resistencia como

también el trabajo de la capacidad es general permitiendo generar más volumen en los atletas para sentar bases y mejorar a futuro su especialidad deportiva.

1.2.2 Saltos

Como todos los saltos atléticos se caracterizan por ser pruebas explosivas por medio de una acción que se ejecute, tomando en cuenta que es una habilidad motriz básica donde el niño aprende de manera sistemática los saltos a diferentes direcciones y con diferente pierna logrando fortalecer sus habilidades generales, asimismo se caracteriza por tener diferentes movimientos corporales ejecutados durante una prueba ya sea vertical o horizontal. “Los saltos o habilidades motrices que permiten, mediante una impulsión vigorosa de una pierna, suspender el cuerpo en un espacio con el fin de superar un listón o llegar a decepcionar lo más lejos, tras realizar una carrera de aproximación”. (Baz, Atletismo, 2000, pág. 11)

Las habilidades motrices son adquiridas por aprendizaje a través de repeticiones al realizar uno o varios patrones fundamentales que permite tomar muy en cuenta en el trabajo de la acción motriz que se ejecuten en determinado lugar ya que es parte fundamental la enseñanza de los niños(as) es así que el salto permite fortalecer la actividad física y generar acciones más rápidas en el momento de hacer un ejercicio, por lo tanto el salto se compone de dos formas de acuerdo al reglamento del atletismo que son horizontal y vertical con diferentes acciones deportivas y estilos de cada uno.

1.2.2.1 Salto en sentadillas adelante

Es un ejercicio que está enmarcada en el mini atletismo como saltos que permite que el niño salte sobre una pista o lugar de progresión cumpliendo determinados saltos

para lograr una marca determinada, se lo realiza en equipos cumpliendo un trabajo en equipo tomando parte fundamental que es su estado emocional.

Desde una línea de salida, los participantes realizan un “salto de rana” detrás de otro (“salto de rana”: salto en dos pies en sentadillas hacia delante). El primer participante del equipo se para con la punta de los dedos de los pies en la línea de salida. Realiza una sentadilla y salta lo más lejos posible hacia delante, cayendo sobre ambos pies. Si un participante cae hacia atrás, se marca, por ej., el punto de caída de su mano. El punto de caída, a su vez, es el punto de partida del segundo saltador del equipo quien continúa con su “salto de rana” desde allí. El tercer compañero de equipo salta desde el punto de caída del segundo. El evento se completa cuando el último miembro del equipo ha saltado y se marca ese punto de caída. (Charles Gozzoli, pág. 15)

En definitiva es una disciplina que contiene muchísima técnica y fuerza, en cuanto al trabajo en estas edades de los niños los saltos son más generales obteniendo la noción de lo que es el salto en secuencia, como también es importante recalcar que el salto permite equilibrar su cuerpo y es una disciplina del mini atletismo donde los niños participan acumulando puntos, también accede a conocer ciertas técnicas y habilidades que contiene el salto.

1.2.2.2 Rebotes cruzados

Son rebotes que permite trabajar de forma general incentivando el equilibrio, fuerza y la multilateralidad del niño que ayuda a desarrollar sus habilidades y conocer de ciertas ventajas que mejora su formación deportiva física y coordinativa.

Desde el centro de la cruz de salto, el participante salta hacia delante, hacia atrás y hacia los costados. Específicamente, el punto de partida es el centro de la cruz hacia delante; luego hacia atrás hacia el centro; luego hacia la derecha y nuevamente hacia el centro; luego hacia la izquierda y nuevamente hacia el centro; y finalmente, hacia atrás nuevamente hacia el centro. (Charles Gozzoli, pág. 18)

Es importante trabajar en los niños diferentes juegos o ejercicios aplicados a diferentes saltos ya que contienen sin números de actividades que conllevan acciones de fuerza reacción y equilibrio, mostrando la fortaleza de resistir un determinado tiempo de acuerdo al ejercicio.

1.2.2.3 Salto con cuerda

Son saltos que permiten obtener coordinación, equilibrio al momento de ejecutar, estos saltos se los realiza en posición paralela con los dos pies juntos y sosteniendo una soga dando paso a la ejecución del ejercicio ya que es cíclico por que se repite varias veces que sean posibles en un tiempo determinado y también permite evaluar su capacidad física.

El participante se para con pies paralelos en la posición de salida sosteniendo la cuerda de saltos detrás de su cuerpo con ambas manos. Cuando se da la orden, la cuerda se trae hacia delante de la cabeza y hacia abajo frente del cuerpo y el participante salta sobre ésta. El proceso cíclico se repite tantas veces como sea posible en 15 segundos. Este evento está destinado exclusivamente al grupo por edades I. Los niños deben saltar con ambos pies. Cada niño tiene dos intentos. (Charles Gozzoli, pág. 19)

Las actividades de los saltos en cuerda permite al niño orientarse, coordinarse con los movimientos de brazos y piernas que conlleva el ejercicio, lo cual es importante realizar constantemente actividades de esta magnitud en la Institución Educativa, para mejorar sus habilidades motrices como también fortalece sus capacidades físicas y evalúa su condición.

1.2.3 Lanzamientos

El propósito en el lanzamiento es maximizar la distancia cubierta por un determinado implemento de diferente tamaño y peso, sin embargo existe un sinnúmero de similitudes en los lanzamientos que deben ser tomados en cuenta por el profesor al momento de trabajar cualquiera de ellos.

La habilidad de lanzar es un proceso de muchos estudios por períodos ya que contiene numerosas acciones de forma, precisión y velocidad, que determina diferentes acciones al momento de lanzar, ya que es muy importante el trabajo general en los niños por el sinnúmero de funciones que se emplean en esta actividad y logrando mayor habilidad y enriqueciendo sus conocimientos básicos y técnicos de la disciplina. Tomando en cuenta que los lanzamientos son diversos ya sea por encima del hombro, lateral, adelante y atrás. “Los lanzamientos son las habilidades que permiten arrojar un artefacto al espacio. Se clasifican en: ligeros o aerodinámicos, por presentar una mínima resistencia al aire, lo que otorga la posibilidad de planear (jabalina, disco); pesados (peso, martillo)”.(Baz, Atletismo, 2000, pág. 12)

Una de las partes más importantes de esta habilidad es que se trabaja de manera general todos los movimientos permitiendo desarrollar sus capacidades y el dominio de poder lanzar a diferentes direcciones y en diferentes posiciones a diferentes pesos.

1.2.3.1 Lanzamiento de la pelota

Se debe mantener una secuencia bien coordinada de acciones sucesivas de todas las articulaciones involucradas en el lanzamiento: pie, rodilla, cadera, hombro, brazo y mano para que el niño aprenda la técnica correcta del lanzamiento de la pelota.

Uno de los juegos deportivos del mini atletismo es el lanzamiento de la pelota que se imita de acuerdo a un lanzamiento de esta prueba, estos lanzamientos permiten mejorar y conocer sus reglamentos y movimientos que requieren las disciplinas deportivas también permite descubrir ciertas habilidades deportivas de cada estudiante tomados como evaluación este juego, el lanzamiento constituye algunas destrezas en conjunto aplicando un sin número de técnica para lograr buenos resultados deportivos. “El lanzamiento de la pelota, diferencia del resto de las especialidades de lanzamientos, no se realizan de un cirulo. El lanzador puede utilizar una carrera previa de impulso de un pasillo. Cuya longitud no debe exceder de 36,5 metros ni ser inferior a 30 metros (Riera J. , 2005, pág. 224)

De acuerdo con esta prueba se describe que los niños se recomienda la práctica de juegos pre deportivos que se encaminan al atletismo, tomando en cuenta que se los aplica en grupos y como juegos sin pasar a la competencia ya que es de tipo recreativo la práctica de este deporte, es muy importante que se trabaje en las instituciones educativas no solo por incentivar el mini atletismo sino como ejercicio de mejora de los movimientos corporales como también el conocimiento del mismo.

1.2.3.2 Lanzamiento arrodillado

En esta prueba los niños permiten ejecutar un ejercicio de lanzamiento con las dos manos sobre su cabeza como parte fundamental, con diferentes variantes que se

puedan aplicar, este juego se lo realiza con una pelota de 1kg, el niño debe hacer uno hasta tres lanzamientos cumpliendo su rol, el ejercicio se lo puede realizar en cualquier parte o lugar que sea blanda y plana.

El participante se arrodilla en la colchoneta (u otro tipo de superficie blanda) frente a un objeto blando elevado (por ejemplo una colchoneta de salto o de espuma). El participante se reclina hacia atrás (tensionando el cuerpo) y lanza la pelota (1 kg) a máxima distancia, utilizando ambas manos sobre la cabeza mientras está arrodillado. Después del lanzamiento el participante puede caer hacia delante sobre la colchoneta que está frente a él. (Gozzoli S. E.-H., 2006, pág. 28).

Es un juego que integra a los niños(as) ya que se trabaja en equipo cumpliendo un objetivo fundamental que es la evaluación individual demostrando sus habilidades, es importante trabajar juegos pre deportivos y el mini atletismo en la Institución Educativa por que permite que el niño descubra sus potenciales y debilidades de su capacidad motora, dando como resultado el mejoramiento de su acción motriz, integración en equipo, motivación y alegría. Por lo tanto se debe incentivar a los profesores de educación física para que se aplique estas actividades constantemente en clases.

1.2.3.3 Lanzamiento de precisión

El lanzamiento de precisión es una prueba donde maneja la exactitud del niño ubicándose en diferentes distancias, con una pelota de tenis, teniendo como objetivo derivar o golpear el objeto o lugar exacto de ejecución , los niños tienen tres lanzamientos para poder precisar.

El lanzamiento se realiza con una carrera de aproximación de 5m. Se ubica una varilla a unos 2,5m de altura; el área de blanco sobre el suelo a una distancia de 2,5m de la varilla. El objeto elegido se lanza sobre la varilla. El participante lanza desde una distancia seleccionada. Es necesario marcar cuatro líneas: a 5m, 6m, 7m u 8m de distancia de la varilla. Cada participante tiene tres intentos para dar al blanco con el objeto lanzado. (Gozzoli, 2006, pág. 30)

En esta prueba se logra obtener una habilidad de precisión en el lanzamiento mejorando sus acciones motoras, por lo tanto se toma mucho en cuenta en las instituciones los eventos deportivos del mini atletismo ya que se realizan diferentes forma de lanzamientos de precisión, que sirven para el desarrollo de todas sus capacidades motrices básicas.

CAPÍTULO II

2. METODOLOGÍA

Para la realización del trabajo se utiliza la investigación cualitativa y cuantitativa, las mismas que ayudarán a una mejor apreciación de los resultados obtenidos.

2.1 Tipos de investigación

2.1.1 Investigación documental

En la Investigación documental se utilizó libros físicos y digitales, tesis, boletines, artículos y revistas especializadas del tema. Con el fin de realizar análisis comparativos sobre la iniciación deportiva y el mini atletismo fundamentando trabajos científicos de tesis en estas edades.

2.1.2 Investigación de campo

Para obtener información más relevante y de primera mano se utilizó la investigación de campo, porque esta permite vincularse directamente con el objeto de estudio y conocer más a fondo sobre las actividades deportivas aplicadas en el mini atletismo y conseguir información de todos los niños(as) palpando la realidad deportiva en la Unidad Educativa libertad.

A través de los instrumentos que se utilizó para la recopilación de información se logrará apreciar de una manera analítica los cambios que se darán al futuro.

2.1.3 Investigación descriptiva

Se aplica la investigación descriptiva en la iniciación deportiva y mini atletismo ya que necesita ser analizado parte por parte de una manera muy minuciosa, de este modo lograr estipular las características de los fenómenos que intervienen en cada una de las variables y así describir aspectos relevantes sobre la iniciación deportiva. Durante el desarrollo de la investigación se describe los hechos desde la parte conceptual legal hasta diagnosticar y analizar de manera profunda, así también logra estudiar la segunda variable como es el mini atletismo.

2.1.4 Investigación propositiva

Se la utiliza para plantear una propuesta y solucionar los problemas que se presentan en el trabajo de investigación y mejorar su aprendizaje corporal, capacidades coordinativas, la integración entre equipos a través de la iniciación deportiva permitiendo fortalecer el mini atletismo ya que es parte base de todos los deportes y desarrollo de la psicomotricidad del niños(as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, Cantón Espejo Provincia del Carchi.

2.2 Métodos de investigación

2.2.1 Método inductivo

Esta metodología sirvió de gran ayuda porque se inicia de lo particular a lo general se utiliza para ajustar las actividades de carácter individual en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, mejorado sus habilidades motrices y las capacidades coordinativas, como también para construir el marco teórico, partiendo de los indicadores hasta llegar a las variables.

2.2.2 Método deductivo

Este tipo de método se lo utiliza de forma general, es decir se habla del tema de investigación tomando en cuenta la falencia en la iniciación deportiva y su incidencia en el mini atletismo de los niños(as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad.

2.2.3 Método analítico

Este método de investigación se lo utilizó para obtener información, procesando los respectivos análisis de los resultados sobre la aplicación de encuestas, fichas de observación, con relación a la iniciación deportiva y sus actividades en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad.

2.2.4 Método sintético

En este método permite redactar las conclusiones y recomendaciones sobre los resultados encontrados de acuerdo a las fichas de observación, test físicos en los niños y las encuestas aplicadas a los profesores de educación física de la Unidad Educativa Libertad.

2.2.5 Método estadístico

Este tipo de método se lo utilizó con el objetivo de representar en porcentaje y gráficamente los resultados adquiridos de la iniciación deportiva y el mini atletismo de las siguientes encuestas, fichas de observación, test físicos que se aplica en los niños y profesores de la Unidad Educativa Libertad.

2.3 Técnicas e instrumentos

Para analizar la información adquirida se utilizó las siguientes técnicas como la encuesta aplicada a los profesores de educación física y entrenadores de la Institución que puedan dar su opinión sobre este tema, el enfoque integral permitió a despejar ciertas inquietudes sobre la iniciación deportiva encaminada al mini atletismo. Una

vez realizada la encuesta con los datos y demás información obtenida se procede, analiza e interpreta los resultados.

Con las fichas de observación de los niños se analizó e interpreto los resultados para elaborar una propuesta alternativa sobre la enseñanza aprendizaje del mini atletismo, a través de fuentes secundarias como libros, periódicos deportivos, páginas web oficiales, etc. Se obtiene información que fundamenta la investigación.

2.3.1 Encuesta

Para obtener el nivel de conocimiento acerca de los procesos de iniciación deportiva en la práctica del mini atletismo. El conjunto de preguntas dirigidas a los docentes, es con el fin de conocer estados de opinión o hechos específicos. Se seleccionó las preguntas más convenientes, de acuerdo al tema investigado y, sobre todo, considerando el nivel de educación de las personas que se van a responder el cuestionario.

2.3.2 Test físico

El test físico es un instrumento de evaluación de sus capacidades motrices básicas midiendo el nivel de sus habilidades, ya que se toman mucho en cuenta la utilización de este instrumento por parte de profesores de educación física para obtener resultados específicos de cada niño.

2.3.3 Ficha de observación

La ficha de observación es un instrumento que permitió la recopilación de datos en cuanto a los procesos de iniciación deportiva utilizados por los docentes para la práctica del mini atletismo. La observación como técnica de recopilación de datos es manejada por la mayoría de las disciplinas científicas.

2.3.4 Cuestionario

Las preguntas que se realizaron a los docentes fueron de fácil respuesta para obtener conocimientos de la práctica del mini atletismo, con el fin de conocer estados de opinión o hechos específicos. Se seleccionó las preguntas más convenientes, de acuerdo al tema investigado y, sobre todo, considerando el nivel de educación y la edad de los niños que respondieron el cuestionario

2.3.5 Observación

Este método permitió mirar detenidamente la información esencial acerca de los procesos de iniciación deportiva utilizados en la preparación del mini atletismo, el conjunto de datos y toma de información permite registrar y posteriormente realizarla.

2.4 Matriz de relación

Objetivo del diagnostico	Variables	Indicadores	Indicadores	Técnicas	Fuentes de investigación

Evaluar	Iniciación deportiva	Fases de formación deportiva	Formación motriz básica	Ficha de observación	Estudiantes De 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad Profesores
			Primera etapa de iniciación		
			Segunda etapa de iniciación		
		Esquema formativo del aprendizaje	Lateralidad	Encuesta	
			Coordinación		
			Espacio tiempo		
			Equilibrio		
		Juegos pre deportivos	Juegos pre deportivos específicos		
Valorar	Mini atletismo	Carreras	Velocidad	Test físicos	Estudiantes De 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad Profesores
			Resistencia		
		Lanzamientos	Lanzamientos de la pelota	Encuesta	
			Lanzamiento arrodillado		
			Lanzamiento de precisión		
		Saltos	Salto en sentadilla hacia delante		
			Revotes cruzados		
			Saltos con cuerda		

2.5 Población

La población de esta investigación la conforma la Unidad Educativa Libertad tomando en cuenta los niños(as) de 7 a 8 años y profesores que forman parte del área de educación física.

Institución	Niños	Niñas	Docentes
Unidad Educativa Libertad	45	54	6
Total	105		

Fuente estudiantes de la Unidad Educativa Libertad.

2.6 Muestra

Por tratarse de una población pequeña menor de 200 estudiantes, no se hizo el cálculo de la muestra, por lo tanto, se trabajará con la totalidad de la población que es 105.

CAPÍTULO III

3. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La encuesta fue aplicada a todos los docentes de Educación Física que laboran en la Unidad Educativa Libertad siendo 6 y con los siguientes resultados.

3.1 Encuesta

1. El nivel de conocimiento de iniciación deportiva que Usted tiene es:

Tabla 1

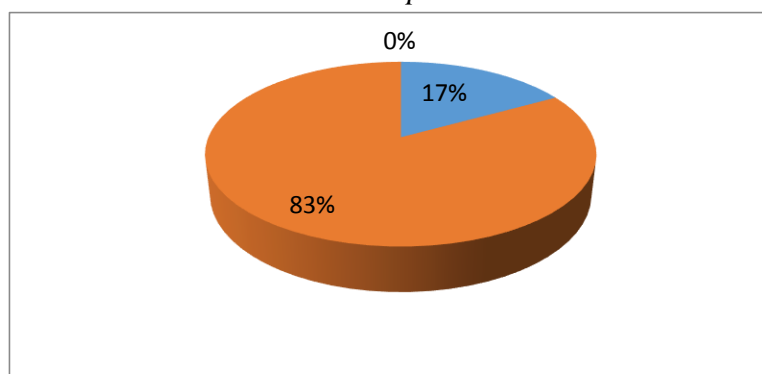
Conocimiento de Iniciación Deportiva

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Muy aceptable	1	17%
Aceptable	5	83%
Poco aceptable	0	0%
Nada Aceptable	0	0%
TOTAL	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 1

Conocimiento de Iniciación Deportiva



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

La mayoría de los docentes encuestados indican que tienen conocimiento aceptable sobre lo que es la iniciación deportiva y un menor porcentaje de docentes mencionan que tienen un conocimiento muy aceptable.

2. ¿Cree que es importante la iniciación deportiva en los niños (as) de 7 a 8 años?

Tabla N° 2

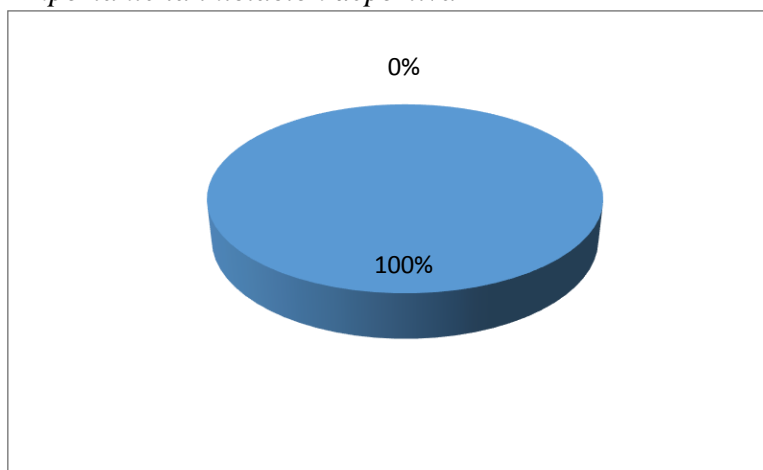
Importante la iniciación deportiva

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	6	100%
No	0	0%
A veces	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 2

Importante la iniciación deportiva



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

De acuerdo a la encuesta realizada la totalidad de los docentes manifiestan que la iniciación deportiva es importante para aplicar en la enseñanza de los niños por lo que se considera en aplicar constantemente planes de iniciación deportiva inculcando juegos pre deportivos para estas edades.

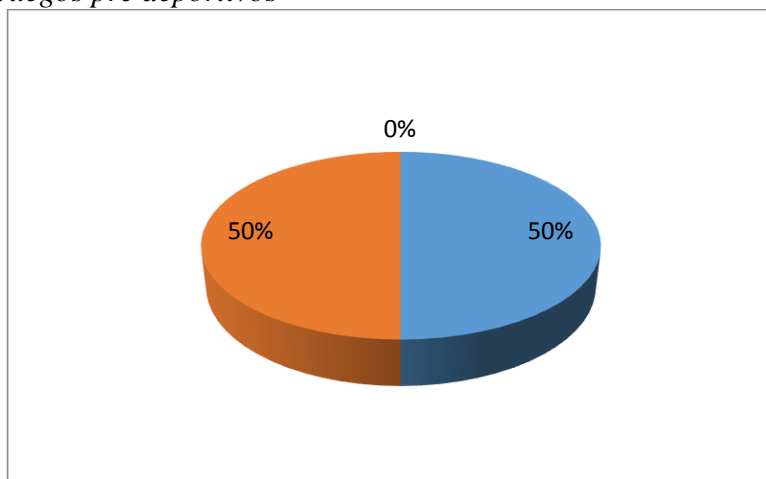
3. ¿Según su criterio los tipos de juegos pre deportivos sirven para el mejoramiento de sus capacidades coordinativas y el desarrollo del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años?

Tabla N° 3
Juegos pre deportivos

Alternativa	Respuesta	Porcentaje %
Si	3	50
No	3	50
A veces	0	0
Total	6	100

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 3
Juegos pre deportivos



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACION:

Según la mitad de los encuestados mencionan que es importante trabajar con juegos pre deportivos para el mejoramiento de sus capacidades coordinativas y el mini atletismo, la otra mitad está en desacuerdo que los juegos sirvan para el mejoramiento de sus capacidades coordinativas y el desarrollo del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años.

4. ¿Según su criterio el desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas para mejorar el aprendizaje motor es necesario así como el desarrollo multilateral del niño(as)?

Tabla N° 4

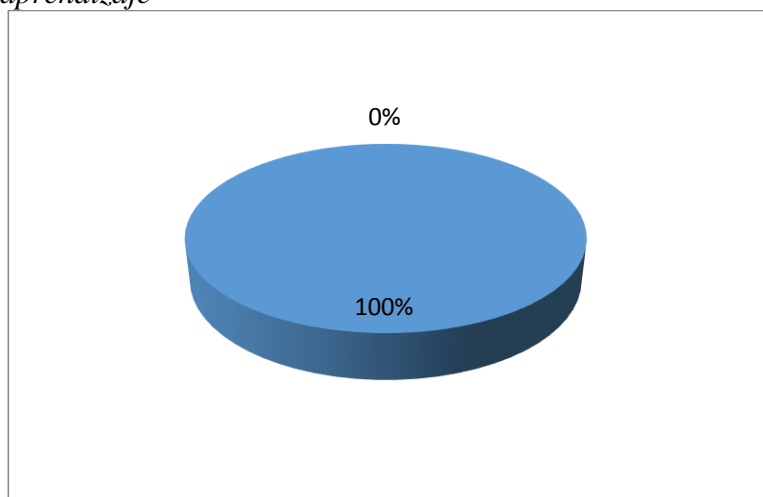
Desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas para mejorar el aprendizaje

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Muy importante	6	100%
Poco importante	0	0%
Nada importante	0	0%
TOTAL	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 4

Desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas para mejorar el aprendizaje



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

La totalidad de los docentes encuestados mencionan es muy importante el desarrollo de sus capacidades coordinativas y que se debe aplicar de manera continua y precisa planes de enseñanza aprendizaje de sus capacidades coordinativas para su mejor desenvolvimiento en las actividades física que se apliquen en clases.

5. ¿Considera que se aplica correctamente las capacidades coordinativas en los niños de 7 a 8 años?

Tabla N° 5

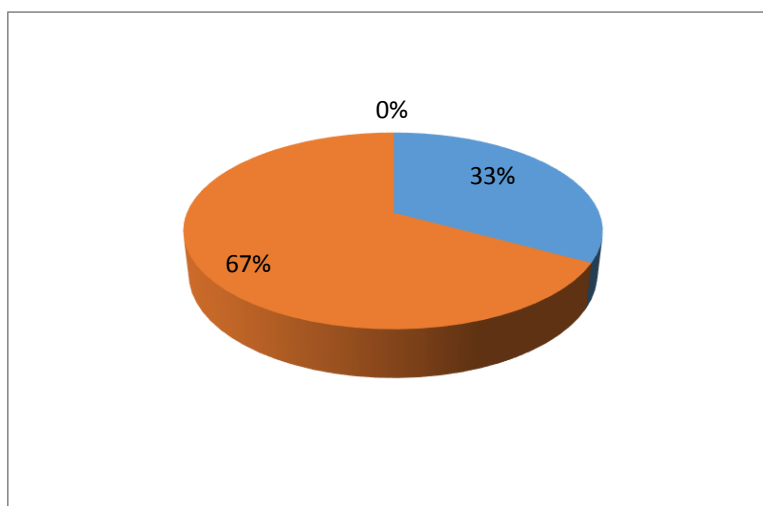
Aplica correctamente las capacidades coordinativas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Siempre	2	33%
Casi siempre	4	67%
Rara vez	0	0%
Nunca	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 5

Aplica correctamente las capacidades coordinativas



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

Con esta pregunta se determina que más de la mitad manifiestan que casi siempre aplican trabajos de coordinación y se debe trabajar continuamente las capacidades coordinativas ya que es el pilar fundamental de un deportista mejorando el aprendizaje motor en los niños.

6. ¿Piensa Usted que la capacidad física se debe aplicar de manera específica en los niños de 7 a 8 años?

Tabla 6

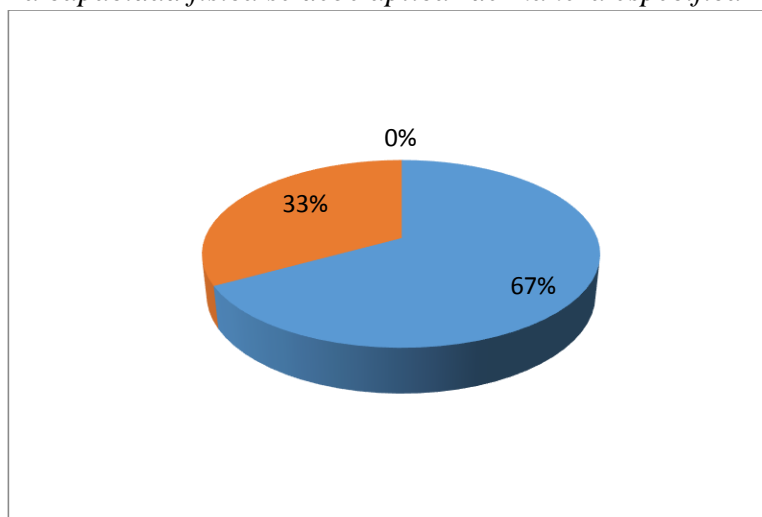
La capacidad física se debe aplicar de manera específica

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Si	4	67%
No	2	33%
Poco	0	0%
Nada	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 6

La capacidad física se debe aplicar de manera específica



Autor: Aza Caicedo Marlon

INTERPRETACIÓN:

De los encuestados más de la mitad aplican trabajos específicos en estas edades trabajos de coordinación, juegos genéricos y pre deportivos para lograr mayor amplitud de conocimientos generales, y descartar trabajos específicos de un deporte sin dañar el gesto motor.

7. ¿Cree conocer lo suficiente acerca del mini atletismo?

Tabla N° 7

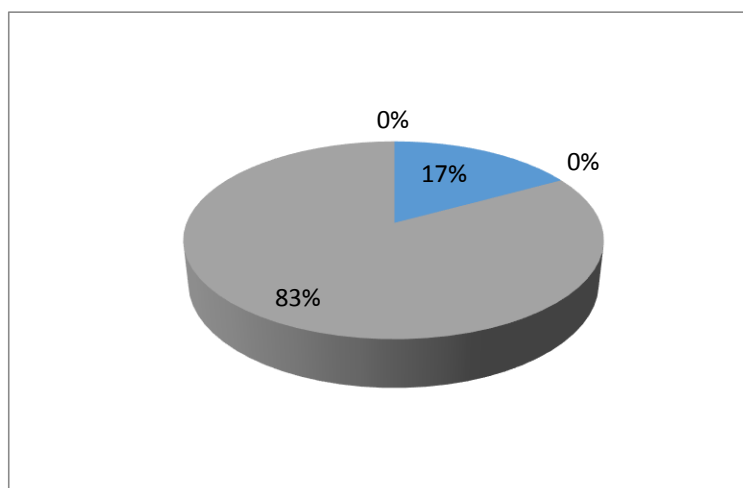
Conoce lo suficiente acerca del mini atletismo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Si	1	0%
No	0	83%
Poco	5	17%
Nada	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N°7

Conoce lo suficiente acerca del mini atletismo



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

La mayoría de los docentes encuestados coinciden en conocer poco acerca del mini atletismo por que se busca mejorar las capacidades motrices básicas y un desarrollo armónico de los niños (as).

8. ¿Se realizan festivales deportivos anuales dentro y fuera de la Institución encaminados a incentivar el mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Figura N° 8

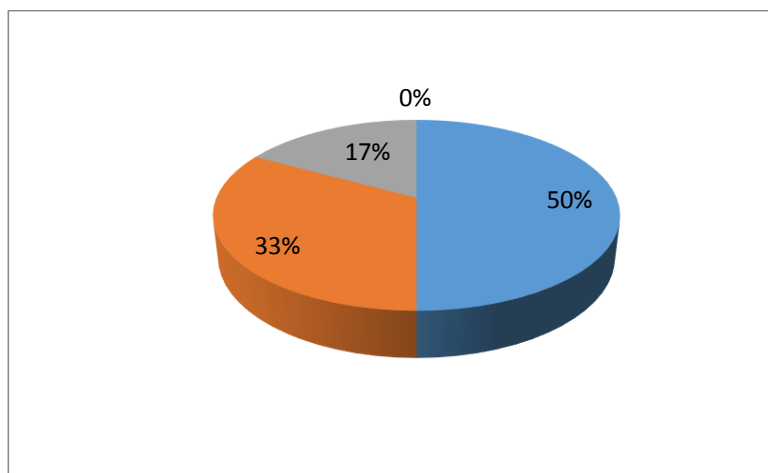
Festivales deportivos anuales dentro y fuera de la Institución

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Siempre	3	50%
Casi siempre	2	33%
Rara vez	1	17%
Nunca	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 8

Festivales deportivos anuales dentro y fuera de la Institución



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

Según se evidencia que la mitad de los docentes encuestados manifiestan que siempre realizan festivales deportivos de mini atletismo, y en menor porcentaje muestran que casi siempre hacen los festivales deportivos anuales en la área de educación física.

9. ¿Considera que es importante dar énfasis en la enseñanza y práctica del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Tabla N° 9

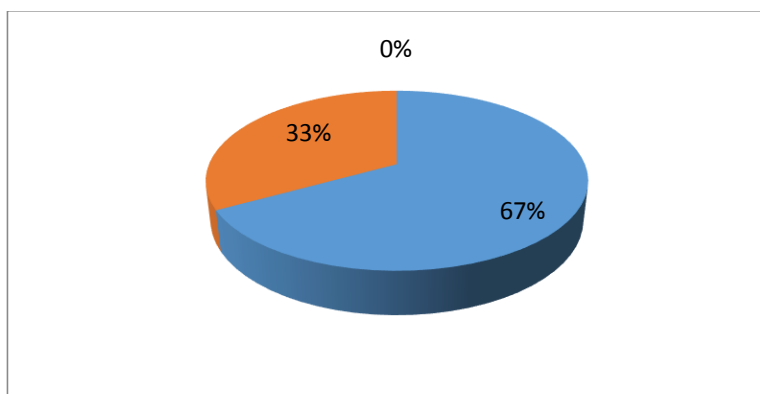
Importante dar énfasis en la enseñanza y práctica del mini atletismo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Muy importante	4	67%
Importante	2	33%
Poco importante	0	0%
Nada importante	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 9

Importante dar énfasis en la enseñanza y práctica del mini atletismo



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

De acuerdo con los resultados obtenidos más de la mitad de los encuestados respondieron que es muy importante dar énfasis en la enseñanza aprendizaje del mini atletismo y en menor porcentaje mencionan que es solamente importante ya que les permite conocer y desarrollar capacidades físicas y coordinativas en los diferentes eventos deportivos.

10. ¿Conoce sobre las pruebas y reglamentación que se utiliza en el mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Tabla N° 10

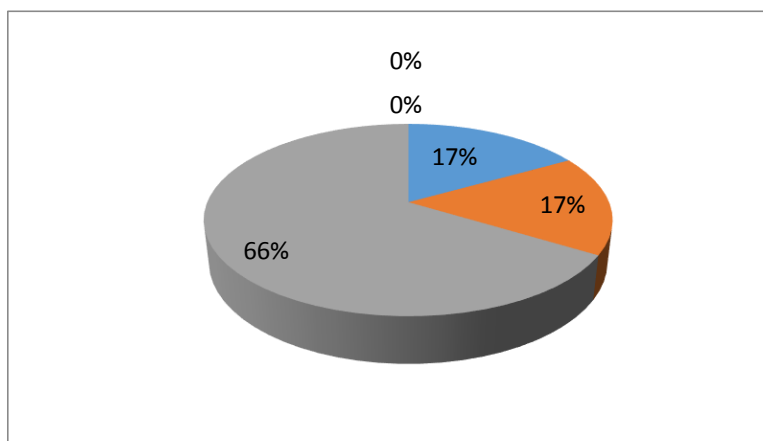
Reglamentación que se utiliza en el mini atletismo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Si	1	17%
No	1	17%
Poco	4	67%
Nada	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 10

Reglamentación que se utiliza en el mini atletismo



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

Según los encuestados más de la mitad mencionan que poco conocen sobre el reglamentó del mini atletismo y en menor porcentaje están las alternativas que conocen acerca del reglamento. Es muy importante organizar eventos deportivos donde les permita aprender más acerca de los juegos deportivos del mini atletismo aplicando las reglas básicas ya que son muy prácticas en el momento de ejecutarlas.

11. ¿Cree que la práctica del mini atletismo mejora el estado físico y emocional de los niños(as) de 7 a 8 años?

Tabla N° 11

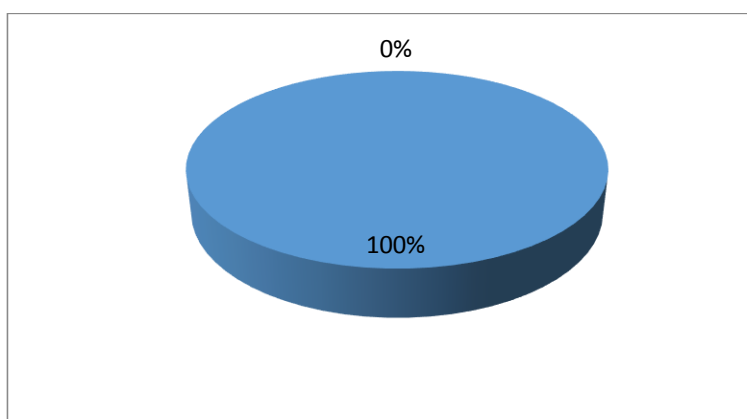
Práctica del mini atletismo mejora el estado físico y emocional

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Si	6	100%
No	0	0%
Poco	0	0%
Nada	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 11

Práctica del mini atletismo mejora el estado físico y emocional



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

De acuerdo a la totalidad de la población de docentes creen que es importante la práctica del mini atletismo, por lo tanto es significativo la realización de diferentes eventos dando como resultado un buen desarrollo de actividad física siendo fundamental el trabajo en equipo y pequeñas competencias para motivar a los niños(as).

- 12.** ¿Es importante que el autor de la investigación elabore una Propuesta Alternativa de iniciación deportiva para la enseñanza- aprendizaje del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Tabla N° 12

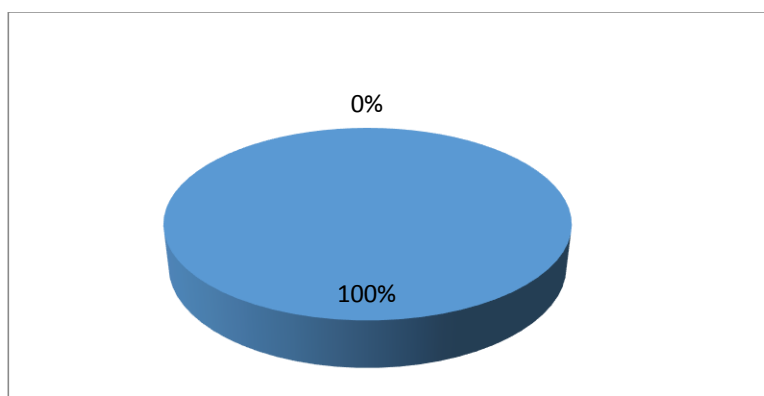
Propuesta Alternativa de Iniciación Deportiva

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Muy Importante	6	100%
Importante	0	0%
Poco Importante	0	0%
Nada Importante	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 12

Propuesta Alternativa e Iniciación Deportiva



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

La totalidad de la población encuestada indica que es muy importante realizar una propuesta alternativa para su mejoramiento de la iniciación deportiva y el fortalecimiento en el mini atletismo como propuesta del investigador.

13. ¿La aplicación de una Propuesta Alternativa de Iniciación Deportiva ayudará a mejorar la enseñanza-aprendizaje del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Tabla 13

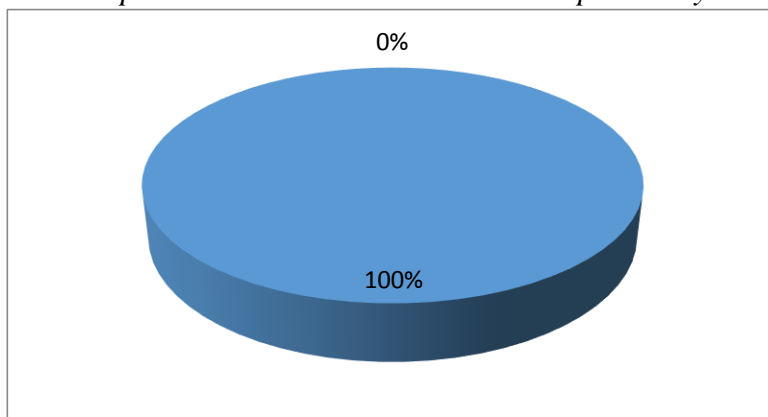
Una propuesta alternativa de iniciación deportiva ayudará a mejorar

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje %
Si	6	100%
No	0	0%
Poco	0	0%
Nunca	0	0%
Total	6	100%

Fuentes: Docentes de la Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 13

Una Propuesta Alternativa de Iniciación Deportiva ayudará a mejorar



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

Toda la población encuestada manifiesta que se debe aplicar la propuesta alternativa ya que les permitirá conocer sobre la iniciación deportiva y el mini atletismo, por ello que se debe realizar variedad de juegos pre deportivos.

3.2 TEST FÍSICO Y FICHAS DE OBSERVACIÓN PARA VALORAR LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y EL MINI ATLETISMO.

Test N° 1

Velocidad

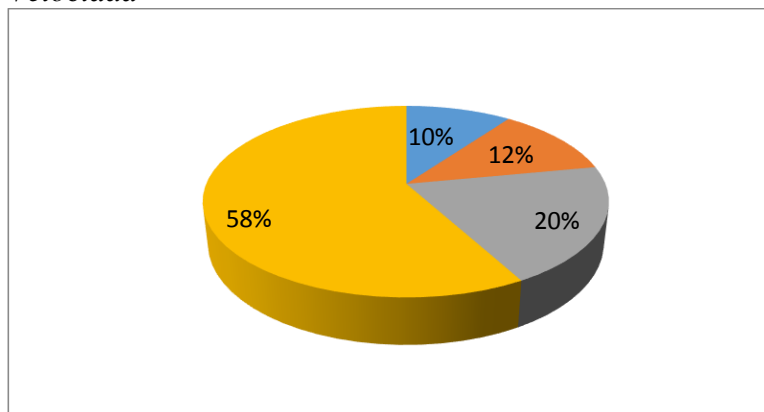
Tabla N° 14

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	10	10
Muy bueno	12	12
Bueno	20	20
Regular	57	58
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 14

Velocidad



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

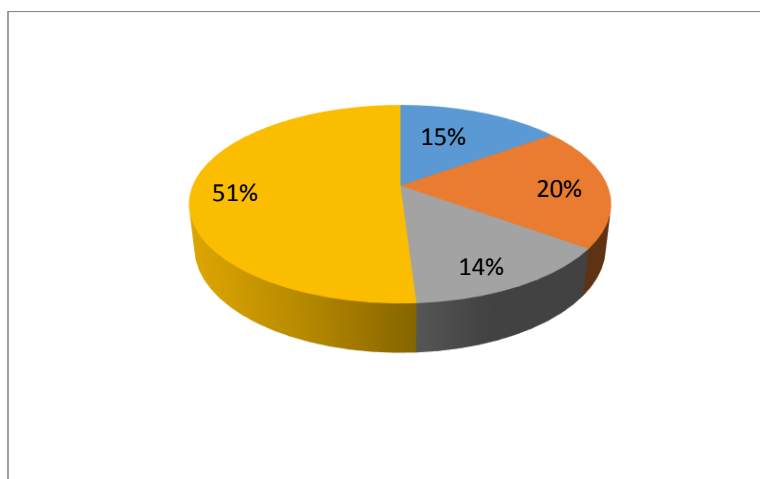
INTERPRETACIÓN:

Se demuestra que más de la mitad de los niños(as) que se aplicó el test físico presentan la siguiente valoración de regular y en menor porcentaje están las alternativas buenas, muy buenas, excelentes. Al respecto se manifiesta que los profesores de Educación Física deben tomar más interés en las pruebas del mini atletismo ya que permite mejorar las capacidades físicas y coordinativas.

Test N° 2*Tabla N° 15**Resistencia*

	FRECUENCIA	%
RESPUESTAS		
Excelente	15	15
Muy bueno	20	20
Bueno	14	14
Regular	50	51
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 15**Resistencia*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

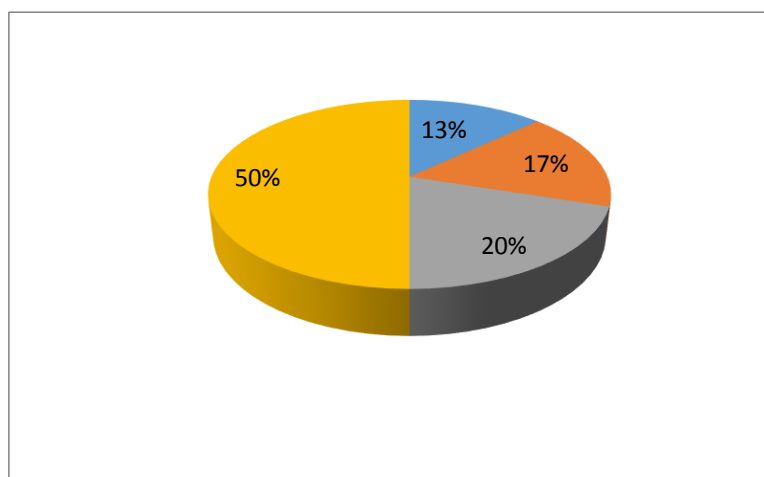
INTERPRETACIÓN

Según el grafico menciona que la mitad tienen las condiciones regulares, y la otra mitad están las alternativas de excelente, muy bueno, bueno. Lo que se debe tener más interés por parte de los profesores de educación física en los niños(as) de estas edades ya que se desarrolla mucho las capacidades físicas como la resistencia y el valor de liderar.

Test N° 3*Tabla N° 16**Salto en sentadillas hacia adelante*

	FRECUENCIA	%
RESPUESTAS		
Excelente	13	13
Muy bueno	17	17
Bueno	20	20
Regular	49	50
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 16**Salto en sentadillas hacia adelante*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

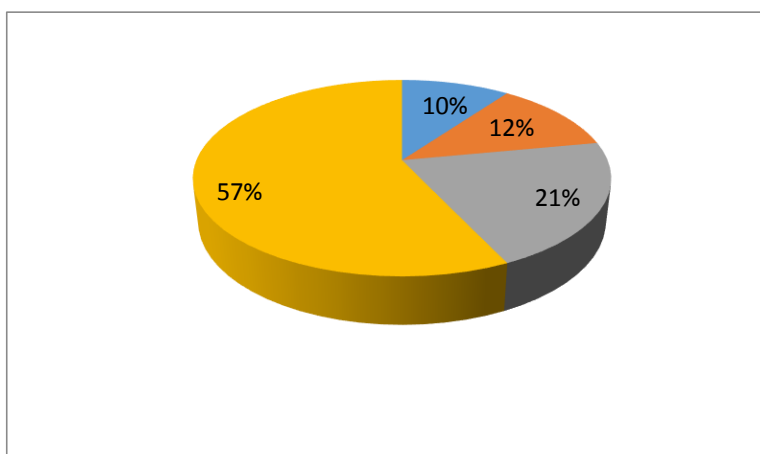
INTERPRETACIÓN:

De acuerdo con los datos estadísticos se determina que la mitad de los niños (as) que se realizó el test físico tiene su condición regular y la otra mitad está las alternativas de excelente muy bueno buena. Se considera que los profesores de Educación Física no profundizan el tema por lo tanto es importante el desarrollo de su coordinación.

Test N° 4*Tabla N° 17**Rebotes cruzados*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	10	10
Muy bueno	12	12
Bueno	21	21
Regular	56	57
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 17**Rebotes cruzados*

Autor Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

De acuerdo al grafico se determina que más de la mitad tienen su condición regular en esta prueba y en menor porcentaje están las alternativas de excelente, muy bueno y bueno. Dando como resultado la falta de incentivos a los saltos cruzados como parte de juego y diversión donde mejora la capacidad de la fuerza, coordinación y equilibrio.

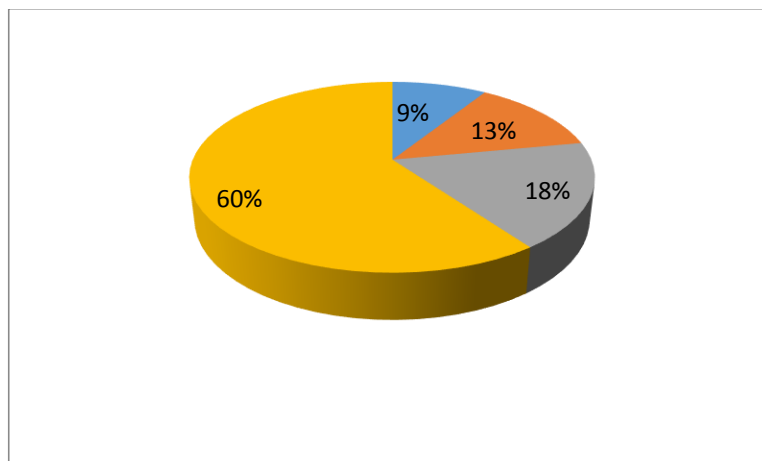
Test N° 5

Tabla N° 18
Saltos con cuerda

	FRECUENCIA	%
RESPUESTAS		
Excelente	9	9
Muy bueno	13	13
Bueno	18	18
Regular	59	60
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 18
Saltos con cuerda



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

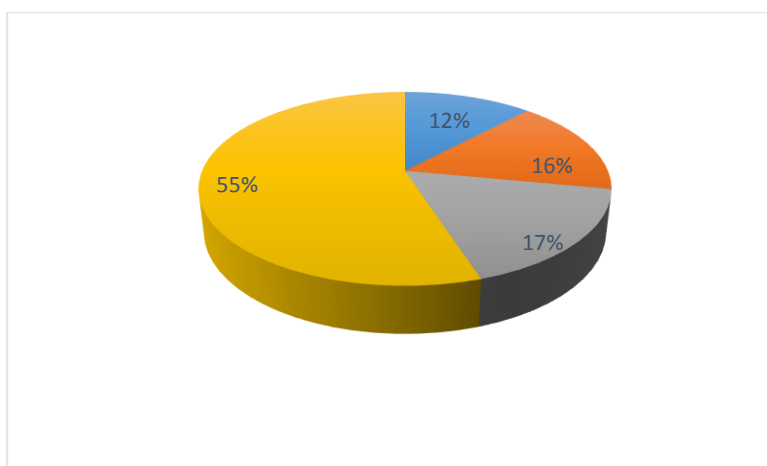
INTERPRETACIÓN:

Los datos estadísticos del test físico realizados en los niños(as) de la institución más de la mitad tienen su condición regular y en menores porcentajes están las alternativas de excelente muy bueno y bueno. Estos juegos permiten la formación motora como forma básica de varios deportes y fortalece su estado emocional, y respeto al otro equipo.

Test N° 6*Tabla N° 19**Lanzamiento de la pelota*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	12	12
Muy bueno	16	16
Bueno	17	17
Regular	54	55
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 19**Lanzamiento de la pelota para niños*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

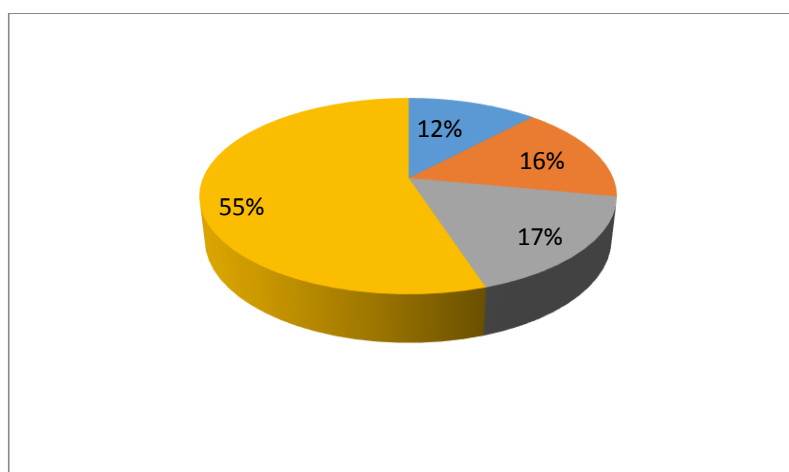
INTERPRETACIÓN

El test físico se manifiesta que más de la mitad tienen un rendimiento regular en el lanzamiento de la pelota y en menor porcentaje están las alternativas de bueno, muy bueno, excelentes, por lo que los docentes deben trabajar más en los juegos pre deportivos ya que estas actividades mejoran su rendimiento motriz básico y fortalece su coordinación.

Test N° 7*Tabla N° 20**Lanzamiento arrodillado*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	12	12
Muy bueno	16	16
Bueno	17	17
Regular	54	55
TOTAL	99	100

Fuente: Test físico Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 20**Lanzamiento arrodillado*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

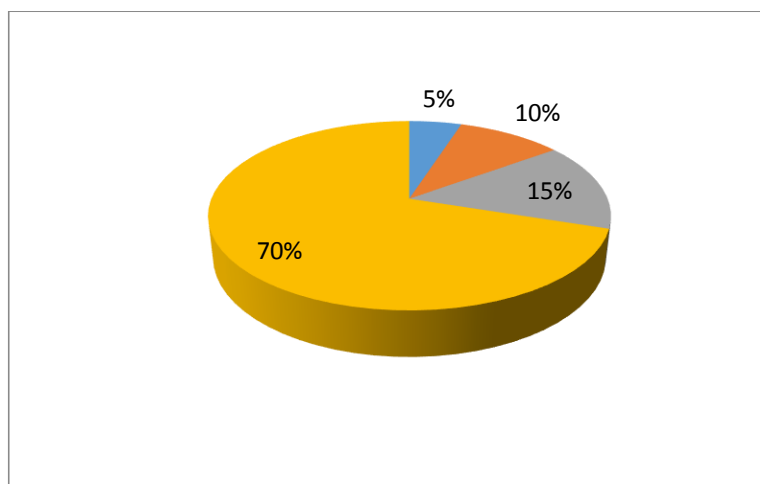
INTERPRETACIÓN

El cuadro estadístico se menciona que más de la mitad de los niños(a s), su capacidad de lanzamiento arrodillado es de regular y en menor porcentaje están las alternativas de bueno, muy bueno y excelentes, lo que invita a los docentes de educación física, ejecuten trabajos de lanzamientos de diferentes posiciones a diferentes lugares a través de juegos pre deportivos, mejorando su habilidad deportiva.

Test N° 8*Tabla N° 21**Lanzamiento de Precisión*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	5	5
Muy bueno	10	10
Bueno	15	15
Regular	69	70
TOTAL	99	100

Fuente: test físico Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 21**Lanzamiento de precisión*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

De acuerdo a los datos estadísticos se manifiesta que la mayoría de los niños(as) tiene su capacidad de lanzamiento al blanco regular, y en menor porcentaje están las alternativas de bueno, muy bueno, excelente, tomando en cuenta el trabajo de juegos de precisión poder mejorar sus capacidades coordinativas logrando en los niños (as) un mejor desenvolvimiento físico.

Observación N° 1

Tabla N° 22

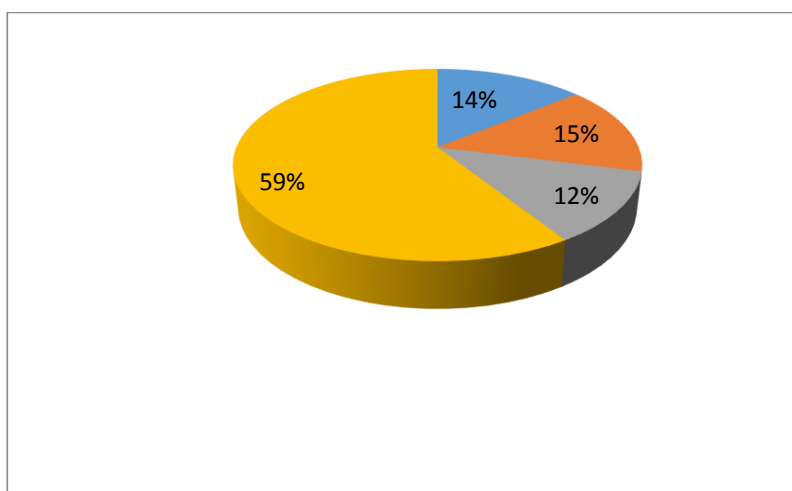
Habilidad y destrezas en el juego

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	14	14
Muy bueno	15	15
Bueno	12	12
Regular	58	59
TOTAL	99	100

Fuente: Ficha de observación Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 22

Habilidad y destrezas en el juego



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN

La ficha de observación realizada a los niños(as) de la Unidad Educativa Libertad se comprueba que más de la mitad demuestran sus habilidades y destrezas de forma regular, y en menor porcentaje están las alternativas de bueno, muy bueno, excelentes. Esto permitirá trabajar a fondo los juegos genéricos y pre deportivos.

Observación N° 2

Tabla N° 23

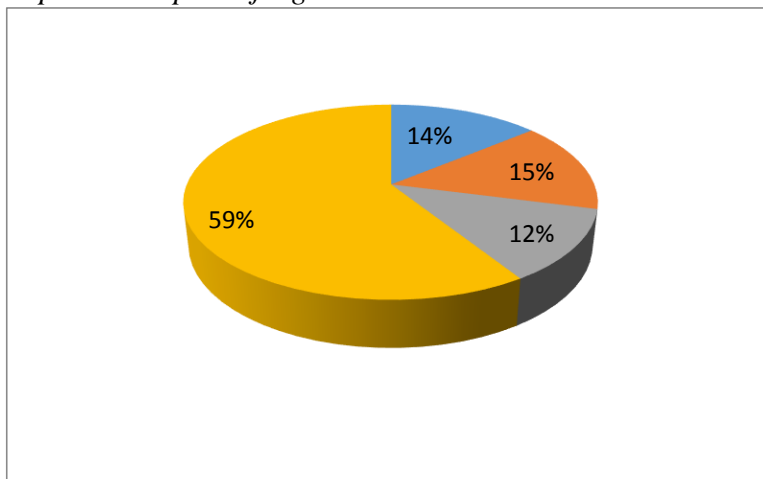
Espacio tiempo de juego

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	14	14
Muy bueno	15	15
Bueno	12	12
Regular	58	59
TOTAL	99	100

Fuente: Ficha de observación Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 23

Espacio tiempo de juego



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

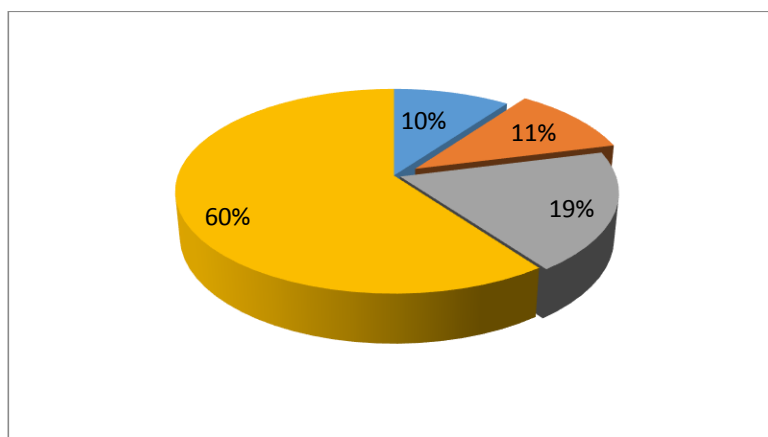
INTERPRETACIÓN:

Con los datos estadísticos se concluye que más de la mitad de los niños(as) utilizan el espacio - tiempo del juego en una condición regular y en menor porcentaje están las alternativas de bueno, muy bueno, excelentes. Concluyendo que el juego en general es parte específico para utilizar el tiempo y el espacio mejorando la reacción y acción de un determinado ejercicio o deporte.

Observación N° 3*Tabla N° 24**Ritmo medio de juego*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	10	10
Muy bueno	11	11
Bueno	19	19
Regular	59	60
TOTAL	99	100

Fuente: Ficha de observación Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 24**Ritmo medio de juego*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

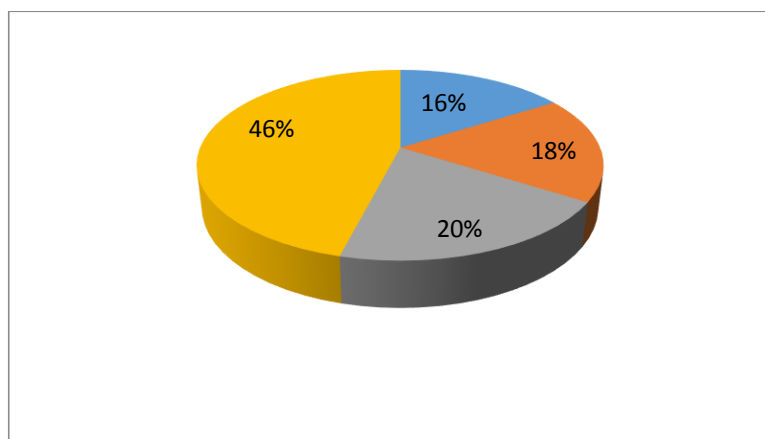
INTERPRETACIÓN:

En los datos estadísticos se determina que más de la mitad tienen una condición de ritmo de juego regular, y en menor porcentaje están las alternativas de bueno, muy bueno, excelentes. Lo que se manifiesta tomar más atención en el aprendizaje motor, ya que es una de las partes importantes para el mejoramiento de todos los movimientos corporales.

Observación N° 4*Tabla N° 25**Familiarización de instrumentos*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
Excelente	16	16
Muy bueno	18	18
Bueno	20	20
Regular	45	46
TOTAL	99	100

Fuente: Ficha de observación Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 25**Familiarización de instrumentos*

Autor Aza Caicedo Marlon Javier

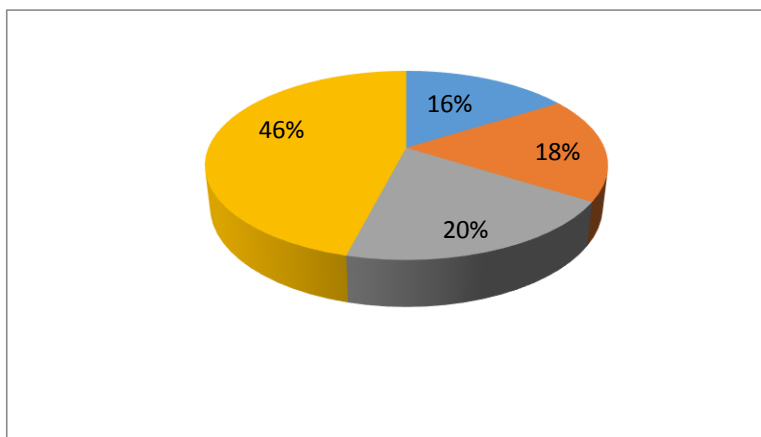
INTERPRETACIÓN:

Según los datos estadísticos se determina que menos de la mitad tienen una familiarización con los instrumentos regular, y más de la mitad están las alternativas de bueno, muy bueno, excelentes. Ya que se recomienda trabajar aún más con los instrumentos deportivos para fomentar el respeto, cuidado, responsabilidad, disciplina en los niños(as).

Observación N° 5*Tabla N° 26**Trabajo en equipo*

RESPUESTAS	FRECUENCIA	%
	15	15
Muy bueno	20	20
Bueno	18	18
Regular	46	47
TOTAL	99	100

Fuente: Ficha de observación Unidad Educativa Libertad

*Grafico N° 26**Trabajo en equipo*

Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

De acuerdo con los datos estadísticos se manifiesta que menos de la mitad los niños(as) trabajan en equipo como una opción de regular, y más de la mitad están las alternativas de bueno, muy bueno, excelente. Tomando en cuenta que el trabajo en equipo es parte del juego e integración y liderazgo donde se debe ejecutar el trabajo unificado.

Observación N° 6

Tabla N° 27

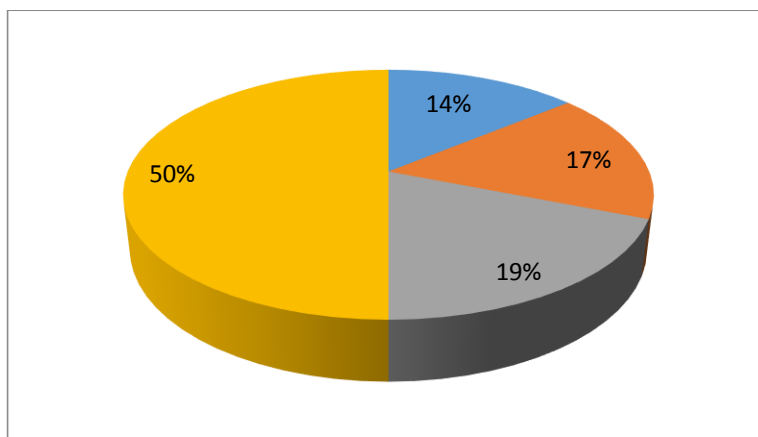
Captación de reglas de juego

	FRECUENCIA	%
RESPUESTAS		
Excelente	14	14
Muy bueno	17	17
Bueno	19	19
Regular	50	50
TOTAL	99	100

Fuente: Ficha de observación Unidad Educativa Libertad

Grafico N° 27

Captación de reglas de juego



Autor: Aza Caicedo Marlon Javier

INTERPRETACIÓN:

En los datos estadísticos se puede concluir que la mitad de los niños(as) captan las reglas del juego en la posición de regular y la otra mitad está las alternativas de bueno, muy bueno, excelente. De tal forma que al realizar constantes juegos genéricos, específicos o pre deportivos permite mejorar el aprendizaje de diferentes reglas de varios deportes, y a si lograr fortalecer el conocimiento deportivo.

CAPÍTULO IV

4. PROPUESTA ALTERNATIVA

4.1 Título

Guía didáctica de juegos generales y pre deportivos para mejorar las capacidades coordinativas en la iniciación deportiva orientada al conocimiento y desarrollo del mini atletismo en los niños (as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad.

4.2 Justificación

Con la propuesta se pretende mejorar las cualidades motrices básicas mediante test físicos y coordinativas a través de fichas de observación tomando en cuenta que los docentes de educación física tengan claro los conceptos de iniciación deportiva, el desarrollo de la multilateralidad y juegos pre deportivo y sobre todo lo que es en si el mini atletismo.

La propuesta es de mucha importancia ya que beneficiará a los niños(as) y profesores será un documento para guiarse y aplicar correctamente los juegos genéricos, pre deportivos, así como las capacidades motrices básicas y las capacidades coordinativas, ya que son el punto de partida en estas edades y tienen que ver con el mejoramiento de la multilateralidad que se realizará a través de juegos, rondas, y ejercicios acordes a su edad.

En estas edades tempranas se debe trabajar mucho en el desarrollo multilateral y coordinativo sin adelantarse a la especialización deportiva de acuerdo a la edad, en muchas ocasiones los profesores de educación física en sus clases no respetan el

proceso cronológico de los niños y se da directamente la enseñanza de fundamentos técnicos de algún deporte.

Ya que lo aconsejable en estas edades de los niños(as) es trabajar con variedad de ejercicios cuya finalidad es mejorar su coordinación dinámica general.

La primera fase a trabajar en estas edades es la iniciación deportiva ya que es el primer contacto de los niños(as) con el deporte y se debe trabajar con variedad de movimientos en los talleres programados.

Entre 7 a 8 años aproximadamente se trata de seguir desarrollando las habilidades básicas, genéricas y posteriormente aplicarle al mini atletismo ya que permite fortalecer movimientos corporales y el trabajo en equipo sin desmerecer el conocimiento de diversas disciplinas deportivas cuya base es el mini atletismo, como medio de juego para seguir motivando y formando a los niños(as).

El trabajo general de todos los movimientos complementa posteriormente al trabajo de habilidades específicas de cada deporte desarrollando de forma lúdica e interactiva junto con el mini atletismo, el mismo que contiene carreras, saltos y lanzamientos con una variedad de juegos. Esta propuesta ayuda a mejorar las falencias de los niños(as) detectados en la investigación, esta guía contendrá una variedad de ejercicios encaminados al mini atletismo.

4.3 Fundamentación teórica

4.3.1 La planificación en la iniciación deportiva

Al hablar de una planificación de iniciación deportiva se requiere conciencia y disciplina para poder desarrollar y fortalecer las habilidades específicas ya que se maneja trabajos de inicio de cualquier deporte que permite conocer ciertas activadas

y reglas generales, también fomenta el trabajo de integración de grupos, sin caer en la tentación de especializarlos en cualquier deporte a temprana edad, por más capacidad que ellos posean. En la planificación se debe seguir un proceso donde se respete y se cumpla las fases de iniciación deportiva.

Dentro de la fase multilateral, se introduce gradualmente a los deportistas al entrenamiento específico en deporte en cuestión (fase de iniciación), contrayendo progresivamente sus talentos deportivos (formación deportiva). El objetivo principal de la fase multilateral es construir la base sobre la cual el deportista podrá desarrollar de manera eficaz las capacidades complejas, lo que resultara en una suave transición a la fase de especialización. (BOMPA, 2005, pág. 40)

Por lo tanto una planificación de iniciación deportiva se rige en un objetivo especial que es la multilateralidad que construye la base de todo deporte acumulando conocimientos y habilidades deportivas para poder desarrollar de manera eficaz el deporte que ellos requieran a futuro, como también mejorar las actividades complejas sin dificultad cuando cumplan su ciclo de la iniciación deportiva.

4.3.2 Motivos de la práctica deportiva en edades de iniciación deportiva

El motivo de una práctica deportiva conlleva a ciertas actitudes de motivación en los niños(as) como también a descubrir sus habilidades y destrezas, por lo general el profesor debe prepararlos en sus actitudes, disciplina, con planificaciones de actividades físicas fáciles de ejecutar de acuerdo a su rendimiento para que el niño no se desmotive, y seguir aumentando la exigencia y la dificultad aumente su formación y desarrollo coordinativo.

Para que esta práctica sea divertida es necesario que se adecue a las capacidades del sujeto, que sea “fácil” de realizar aunque suponga un “reto” para los niños, que se ponga énfasis en la actividad que en el propio resultado, en definitiva que sea una actividad, en sí mismo, motivadora, a modo de motivación intrínseca.(Perez Cordoba & Llames Lavandera, 2010, pág. 275)

En general el motivo de realizar la actividad física por medio de iniciación deportiva en los niños 7 a 8 años es para formar y fortalecer a que se cumplan sus etapas deportivas, requiriendo mucha concentración por parte del profesor quien es el portador de las actividades de los niños ejecutan, razonando y cumpliendo un verdadero proceso para no desmotivar del niño.

4.3.3 Juego en la iniciación deportiva

El juego es parte de ser humano y también es un medio educativo donde los niños(as) toman parte con un método de trabajo donde permite el desarrollo de sus capacidades coordinativas y mentales, cumple un rol fundamental en el ser humano como es la diversión quitar el estrés y disfrutar de los momentos de alegría. La pedagógica de juego es algo vital de la vida donde educa, crea, descubre, motiva y sobre todo es libre de ejecutar cualquier persona por lo natural que es el juego.

La pedagogía del juego (la iniciación y práctica del deporte escolar no debe ser más que eso), supone hacer del acto pedagógico, un acto vital como la vida mismo. Es con la actitud lúdica con la que se aprende, crea y descubre el universo del niño; la libre actividad de la inteligencia es juego.(Navarro, 2009, pág. 09)

Es importante hablar del juego porque es un método que permite divertirse y educar ya sea con en el movimiento y los valores. Por lo tanto no se debe perder la pedagogía

de enseñanza través del juego permitiendo a los profesores y entrenadores que no apliquen fundamentos específicos sino con reglas fáciles para que no lograr resultados rápidos con un proceso educativo inadecuado.

A través del juego se logra divertirse, incentivar y descubrir actividades diferentes que permita a futuro conocer su verdadero deporte.

4.3.4 Principio de equipo

De cierta forma el trabajo en equipo hace crecer, integrar y construir nuevos juegos aportando diferentes ideas fortaleciendo los valores de respeto, disciplina y honestidad como también aportar sus habilidades para apoyar a los menos hábiles y ganar un juego deportivo también permite conocer sus capacidades individuales descubriendo talentos que se manifiesta líderes de equipo.

El trabajo en equipo es un trabajo básico del “ATLETISMO PARA NIÑOS – IAAF”. Todos los miembros del equipo hacen una contribución para los resultados, en ocasiones de las carreras (relevos) o aportes individuales al resultado del equipo en general (en cada evento). La participación individual contribuye al resultado del equipo y refuerza el concepto de la participación de cada niño debe ser valorada. Cada niño toma parte de todos los eventos, lo que evita la precoz especialización. (Gozzoli, 2006, pág. 7)

El mini atletismo trabaja en equipo por lo tanto es un principio básico que descubre todo su potencial individual y grupal que se demuestre en las diferentes actividades que se ejecuten en clases, el trabajo en equipo no es solamente integración sino aportación de ideas respetando cada una de ellas, en el trabajo de equipo se respeta sus géneros su estado físico y mental por ser parte de una unidad. El objetivo principal es

la evitación de la especialización temprana y desmotivación del deporte en tempranas edades.

4.3.5 El mini atletismo en la escuela

La disciplina más completa es el mini atletismo ya que demuestra todas sus habilidades motrices básicas, capacidades coordinativas, trabajo en equipo permitiendo el mejoramiento de ciertas destrezas también es una herramienta de evaluación grupal e individual. Por lo tanto es muy importante que ejecuten el mini atletismo en las unidades educativas para formar, educar y evaluar no solo lo físico también en la salud de los niños(as) que es lo primordial de un ser humano.

El mini atletismo como una herramienta de evaluación física para los niños. El mini atletismo ofrece toda una variedad de test de reparación física que pueden ser usados por la comunidad educativa para evaluar la forma física, y la evaluación de la salud de los niños. El mini atletismo es una actividad deportiva divertida, simple y compleja. (Iza Pilco, 2014, pág. 22)

El mini atletismo ofrece ciertas pruebas coordinativas ya sean individuales y grupales dando como resultado un buen manejo de sus habilidades su integración como grupo. Los profesores de educación física deben tomar muy en cuenta todas estas actividades que favorecen al rendimiento deportivo de los niños(as) como también es un buen método de evaluación físico mediante test, son pruebas sencillas y complejas que al trabajar en grupo hace que lleven una diversión y motivación al momento de ejecutarlas y lo más importante descubrir talentos deportivos.

4.3.6 Las habilidades básicas en el mini atletismo

Una de las fortalezas del mini atletismo es las capacidades motrices básicas que son la parte especial en tempranas edades ya que el desenvolvimiento de muchos

deportes a futuro viene de como se formo en sus habilidades básicas, son gestos que se practica de manera general pero que conllevan ciertos movimientos corporales que demuestran su rendimiento deportivo.

Mantener el equilibrio andar, correr, girar, caer, tirarse, en plancha, nadar y saltar con algunas de las habilidades básicas que realizan los deportistas que aplican una manera de relacionarse con su base de sustentación. A las habilidades para relacionarse con el medio las denominamos básicas porque sobre ellas se construye las restantes habilidades deportivas: No obstante, la importancia de las habilidades básicas en el rendimiento depende de la modalidad deportiva.

(Riera, 2005, pág. 37)

Es una organización de eventos que conlleva a disfrutar y desarrollo de sus habilidades siempre buscando la motivación la integración y el desarrollo multilateral del niño. Se toma mucho en cuenta que no se aplica cargas de entrenamiento ya que los ejercicios están establecidos y evaluados de acuerdo a la capacidad de los niños, y se controla las planificaciones que no sean rigurosas o forzadas, en el mini atletismo más bien se trabaja con actividades lúdicas donde los niños se diviertan y conozcan y desarrollen todas sus habilidades motrices básicas y no considerarlos adultos en miniatura.

4.4 Objetivos

4.4.1 Objetivo general

Elaborar una guía didáctica de juegos generales y pre deportivos para mejorar las capacidades coordinativas en la iniciación deportiva orientada al conocimiento y

desarrollo del mini atletismo en los niños (as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad.

4.4.2 Objetivos específicos

- Seleccionar ejercicios y juegos pre deportivos para optimar las capacidades motoras mediante ejercicios coordinativos que dominen el mini atletismo y el conocimiento de todas sus actividades mejorando el desarrollo de la multilateralidad de los niños (as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad.
- Orientar el rol y trabajo que debe cumplir el docente de educación física en el proceso de enseñanza-aprendizaje como elemento activo de iniciación deportiva y el mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años.
- Socializar la guía didáctica de juegos y ejercicios físicos a los docentes de educación física para poner en práctica en los niños(as) mejorando sus capacidades motoras mediante el trabajo formativo de la iniciación deportiva y el conocimiento general del mini atletismo.

4.5 Ubicación sectorial y física

País: Ecuador

Provincia: Carchi

Cantón: Espejo

Beneficiarios: Niños(as), docentes de educación física, de la Unidad Educativa Libertad.

4.6. Desarrollo de la propuesta


A partir de la matriz metodológica de iniciación deportiva y el mini atletismo se debe tomar en cuenta el trabajo de los profesores de Educación Física ya que son el

eje de una práctica deportiva. Como también el desarrollo y mejoramiento de su estado físico.

De tal forma los entrenadores y profesores de educación física deben tomar conciencia de la enseñanza de determinado deporte alejándose de las propuestas de selección y excesivas competencias, más aun no pedir resultados a corto plazo y quema de etapas que son importantes en el niño. De tal forma que el profesor de educación física en estas edades debe tener una formación bien fundada y técnica que le permita trabajar con responsabilidad, ética y una fundamentación psicopedagógica apropiada.

Con estas ideas se pretende justificar la importancia de un cambio profundo en la mentalidad de muchos profesores de educación física, logrando educar y concientizar su forma de pensar para que orienten facilite la formación y desarrollo de las cualidades motrices básicas, a través de juegos como requiere la iniciación deportiva en los niños (as), tomando mucho en cuenta los festivales y pruebas del mini atletismo ya que dominan el trabajo de lateralidad, coordinación, integración en equipo y liderazgo en si todo un conjunto de movimientos.

Hacer una planificación de iniciación deportiva significa estructurar metodológicamente el proceso de enseñanza – aprendizaje, donde se siga rigurosamente una serie de etapas de superación sistemática logrando llegar al conocimiento y dominio de los fundamentos técnicos y reglamentos deportivos. De acuerdo a lo planteado el programa que se pretende ejecutar se basa en una formación integral e inicial de la motricidad de base, fortaleciendo habilidades deportivas, tomando en cuenta en estas edades los niños deben iniciar de forma polivalente en diferentes juegos pre deportivos.




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 1	
Tema: juego de relevos en equipo	
Objetivo: Mejorar la condición física y coordinativa por medio de juegos pre deportivos para aplicar en clase.	
Participantes: 25 niños	Tiempo: 60 Minutos
Materiales: Patio, pito, testigos	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimiento articular especificando más en la cadera, rodillas y tobillos con rotación circular de adelante hacia atrás. • Juego de persecución La presa y el cazador A la señal del profesor el cazador intenta dar alcance a la presa, la cual puede protegerse tocando a otro jugador, pero este no huye, sino que se convierte en cazador. • Estiramientos dinámicos flexión de tronco piernas. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se colocan los niños de cada equipo en hilera, detrás de una línea y frente a su correspondiente banderola.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte principal: 35 minutos Juego de relevos en equipos A la señal de comienzo, el capitán de cada equipo corre para dar la vuelta por detrás de la banderola, regresar y entregar el testigo al compañero en turno quien inmediatamente hace lo mismo. No puede recibir el testigo sobre o delante de la línea de partida. En caso contrario se le hace regresar. Triunfa el equipo cuyo último jugador termina primero el recorrido.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Los niños se deben trasladar lateralmente, hacia atrás y adelante, en zig-zag.	
Parte final 10 Minutos Estiramientos en círculo y relajación en posición ventral.	
Evaluación: Son capaces de orientarse y tomar acciones diferentes de persecución y dirigirse de forma correcta en la prueba con sus respectivas variantes, como también se mira la capacidad de cada uno de los niños(as).	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 2	
Tema: Juego del laberinto	
Objetivo: Ampliar su equilibrio, control corporal y coordinación logrando que el niño se motive en el juego.	
Participantes: 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares en circulo de arriba hacia abajo. • Juego de concentración, reacción a los sonidos consiste que el niño salga a un estímulo lo más rápido posible. • Estiramientos dinámicos flexión extensión del cuerpo posición parados. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Formando dos grupos en diferentes direcciones los niños se agrupan sin dejar caer a ninguno de los compañeros, al pasar por un lado de los demás.	
Parte principal: 35 Minutos Juego del Laberinto Los niños siguen una línea sin alejarse en ningún momento ni caerse de ella, ya que el otro grupo debe pasar también en dirección contraria saliendo de otro punto de partida. Si el niño cae debe regresar al punto de partida y seguir. Gana el grupo que haya pasado todo el laberinto que se aplique en el juego.	
Variante: Agarrarse de las manos, con cuerdas pata coja en cuadrupedia en diferentes direcciones.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte final: 10 Minutos Trote lento, charla de como se sintieron en el juego y relajación en posición ventral.	
Evaluación: Son capaces de expresar sus habilidades y capacidad de equilibrio manejando de manera organizada y con mucha motivación en el juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 3	
Tema: Juego el paso del lago	
Objetivo: Mejorar su desplazamiento en espacios reducidos, coordinación y equilibrio mediante la comunicación y cooperación de los miembros del equipo.	
Participantes: 25	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito, hojas de comercio	Método: Juego
<p>Calentamiento: 15 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares con rotación de hombros, cadera y tobillos. • Juego de integración “el barco se hunde” los niños dispersos por la cancha trotando, y la señal del profesor dice el barco se hunde se agrupan en la cantidad señalada. • Trote progresivo, estiramientos dinámicos flexión extensión. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Organización:</p> <p>Los niños se colocan en parejas con sus respectivas hojas a una distancia que el profesor de educación física les explique, y se les entregara 6 hojas a cada grupo, cuatro que deben pisar y las restantes las toma el ultimo de la columna.</p>	
<p>Parte principal: 35 Minutos</p> <p>Juego del paso del lago</p> <p>Los niños deben trasladarse de una orilla a la otra, con sus respectivos papeles, el de atrás recoge el papel y entrega al primero para que ponga en el piso y poder seguir su marcha se pueden intercambiar de posición, si uno de los dos se cae debe regresar al inicio y continua el juego.</p>	
<p>Variantes: Los niños se agarran de las manos en parejas y más, luego saltando, y desplazarse hacia atrás.</p>	
<p>Parte final 10 Minutos</p> <p>Trote lento en parejas</p> <p>Charla de la clase en círculo</p>	
<p>Evaluación: Son capaces de formar grupos y realizar el juego de manera ordenada con ganas de ganar, y se observa estímulos de diferentes compañeros, también mejoran la coordinación.</p>	

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 4	
Tema: Juego de derivar los bolos	
Objetivo: Desarrollar la psicomotricidad y la precisión de los niños mediante sinnúmeros de lanzamientos a un determinado objeto.	
Participantes: 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito, pelotas de tenis o de fútbol y cubos o conos.	Método: Juego
<p>Calentamiento 15 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares rotación de hombros, cadera, rodillas y tobillos. • Juego de precisión el compañero da la señal de ya, los jugadores pasan el balón a la persona que está a su derecha, luego en diferentes direcciones. • Trote lento y estiramientos dinámicos en grupos posición parados, sentados y acostados con flexión y extensión de sus extremidades. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Organización: Los niños Se hacen dos equipos con cinco pelotas por cada equipo divididos por un elástico a la altura de un metro y se divide la cancha en derecha izquierda para comenzar el juego.</p>	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Parte principal: 35 Minutos</p> <p>Deriva los bolos Los niños se colocan en la cancha dividida en dos equipos, el objetivo del juego es pasar la pelota por encima del elástico y derivar los conos del otro equipo para poder ganar el juego. Gana el equipo que derribe primero los conos.</p>	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Variantes: Solo el capitán puede derivar el cono, Hacen tres pases y derivan el cono luego cualquiera del equipo.</p>	
<p>Parte final: 10 Minutos Trote alrededor de la cancha. Estiramiento flexión extensión de sus extremidades superior inferiores. Charla sobre sus actitudes, aptitudes.</p>	
<p>Evaluación: Son capaces de ejecutar de manera adecuada sin temor de realizar diferentes ejercicios en diferentes posiciones y se mira motivación y liberación de acciones en el juego</p>	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 5	
Tema: Juego de Slalom	
Objetivo: Desarrollar las capacidades físicas y coordinativas mediante juegos de relevos con obstáculos	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito, testigos, vallas de pvc conos, cajonetas.	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimientos articulaciones rotación de hombros, cadera, rodillas y tobillos de adelante hacia atrás. Juego de persecución el lobo cazador se selecciona un alumno que será el lobo. Los demás jugadores forman un círculo a su alrededor tomándose de la mano y dicen "Agáchate y cázame", al decir agáchate se colocan en cuclillas todos y al decir cázame dan un salto y salen corriendo hasta la marca de descanso. Estiramientos en posición parados, sentados y acostados, con flexión y extensión de sus extremidades. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se traza dos carriles uno sin obstáculos y el otro con obstáculos; vallas de pvc, conos y cajonetas logrando correr una distancia de 80 metros.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte principal 35 Minutos Slalom Se colocan dos hileras frente a una línea teniendo dos carriles uno de ida sin y el otro de vuelta, tomando en cuenta que al regreso debe pasar por diferentes obstáculos como vallas cajonetas también corrido en zigzag llegando al lugar de salida para que pueda salir su compañero. Gana el que termina primero del grupo.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: En parejas, todo el grupo agarrados de la mano.	
Parte final 10 Minutos Hacer trote progresivo y estiramientos en círculo estáticos.	
Evaluación: Son capaces de demostrar y desarrollar de mejor manera la capacidad aeróbica demostrando ánimo concentración y diversión que les permite aprender de la mejor manera las actividades que se ejecuten en clase.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 6	
Tema: Juego de corre y corre	
Objetivo: Mejorar su resistencia practicando carreras en equipo a través de juegos que permitan motivar al niño para lograr un resultado importantes.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito, tarjetas	Método: Juego
<p>Calentamiento: 15 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares en forma circular de arriba hacia abajo. • Juego de persecución, el juego “correrás”. El equipo debe llegar a la meta con todos sus integrantes, los obstáculos deben ser superados y no evadidos, no se pueden desviar de la trayectoria señalada y ganará el equipo que cumpla el trayecto en el menor tiempo posible. • Estiramientos de grupos musculares. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Organización: Se debe tener en cuenta la estructura y la organización del lugar del festival donde esté libre de accidentes. Los niños se ubican uno tras del otro para poder recibir su tarjeta en sus respectivos equipos.</p>	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Parte principal: 35 Minutos</p> <p>Juego corre y corre</p> <p>Se traza un rectángulo de 200 metros indicando sus respectivas salidas, haciendo cuatro grupos para participar, se trata de que cada miembro del equipo corra una vuelta y entregue la tarjeta a su compañero y a si sucesivamente hasta culminar los ocho minutos.</p> <p>Gana el equipo que termine primero, y se puede clasificar en el orden que llega.</p>	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Parte final: 10 Minutos</p> <p>Caminata.</p> <p>Estiramientos estáticos.</p> <p>Charla de como se sintió haciendo el juego.</p>	
<p>Evaluación: Son capaces de manejar y desarrollarse de una manera adecuada en la capacidad aeróbica, mejorando su participación de cada uno y cumpliendo las reglas establecidas provocando ánimo y diversión en toda la clase.</p>	



ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 7	
Tema: Juego del salto del sapo	
Objetivo: Mejorar sus saltos de manera repetitiva fortaleciendo la fuerza y equilibrio para logra un buen salto.	
Participantes: 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Cinta métrica, tizas	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimientos articulares rotación de hombros cadera rodillas y tobillos de forma ascendente de adelante hacia atrás. Juego “Salta ranita salta” los niños y participan con caminata y trote pasando a saltar en secuencia hasta llegar a la meta. Estiramientos dinámicos con flexión y extensión de sus extremidades. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: En el césped los niños se dividen en dos grupos. Partiendo de una línea de salida saltando uno y luego de donde cae el compañero debe saltar el segundo y a si sucesivamente hasta terminar la ronda.	
Parte principal: 35 Minutos Juego salto del sapo Formados dos grupos en la cancha de césped participan uno tras del otro haciendo una línea consecutiva de cada salto que los compañeros hacen logrando obtener los saltos más grandes y a si ganar el juego. Gana el grupo que más distancia ha saltado y se mide con una cinta métrica.	
Variante: Laterales, hacia atrás, de acuerdo a su capacidad.	
Parte final 10 Minutos Trote suave en grupo, estiramientos estáticos individuales y relajación cubito ventral.	
Evaluación: Son capaces de realizar ejercicios aeróbicos de manera dinámica cumpliendo con las reglas establecidas logrando motivarse en el juego y disfrutar de sus momentos de ánimo y alegría, valorando la practica física.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 8	
Tema: Juego del río con lagartos	
Objetivo: Desarrollar en los niños(as) equilibrio mejorando su estado físico y el desplazamiento en los diferentes ejercicios que se apliquen.	
Participantes: 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, troncos, neumáticos, sogas, palos, hojas de papel y las cintas, etc.	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimientos articulares de forma ascendente con rotación de adelante hacia atrás. Juego de persecución el juego del “atrapado”. Un tercio de grupo hace de atrapador. Desempeñan el mismo papel durante el juego y se distinguen por unas cintas. Los jugadores tocados por los atrapadores con el grito “detente liebre” se colocan en cuclillas. Pero pueden ser rescatados por los jugadores que corren todavía mediante un golpe de toque con la exclamación “corre liebre”. Estiramientos con flexión y extensión de sus extremidades. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se realiza una pista con todos los obstáculos que sea pertinentes, en una distancia de doscientos metros logrando que uno de los dos equipos que gane.	
Parte principal: 35 Minutos Juego el río con lagartos Se colocan dos equipos en el lugar de salida uno tras del otro y a la orden del profesor salen, los niños solo deben pisar los obstáculos hasta regresar y dar la posta al compañero y a si sucesivamente, si uno de los niños se caen deben comenzar el recorrido.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: En parejas luego se va sumando hasta terminar todos agarrados de la mano y grupos.	
Parte final 10 Minutos Trote lento en pequeños grupos en diferentes direcciones y hacer estaciones de estiramientos, charla de la clase.	
Evaluación: Son capaces de ejecutar el juego de una forma regular en algunos de los niños, incentivando a cada uno de ellos con el liderazgo y sobre todo el ánimo de muchos poniendo el valor de apoyo y superación.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 9	
Tema: El juego de recogida de frutas	
Objetivo: Mejorar su reacción, velocidad y concentración logrando fortalecer sus capacidades físicas y coordinativas para poder desarrollar un deporte.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Frutas, cestos, pito.	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimiento articular de hombros, cadera, rodillas y tobillos, de forma ascendente. • Caminata y trote progresivo • Estiramientos dinámicos con flexión y extensión de sus extremidades en estaciones. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se colocan dos hileras atrás de las frutas a una distancia de 10 metros, las frutas están en fila de acuerdo a la cantidad de los deportistas, hay un cesto en la salida de la competencia por cada uno.	
Parte principal 35 Minutos El juego de recogida de frutas Los niños al momento de dar la orden del profesor salen corriendo a coger una fruta y ponerla en el cesto o lugar de equipo y si sucesivamente los demás compañeros hasta terminar el ultimo participante. Gana el que termina primero el juego.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Los niños se agarran en parejas, en grandes grupos y saltando.	
Parte final 10 Minutos Caminata en parejas, charla motivacional y cachos de cada uno de los niños.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Se observa la capacidad de los atletas y la integración del grupo logrando especificar cualidades específicas de los niños, motivados al juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 10	
Tema: juego del pase de la pañoleta	
Objetivo: Formar el carácter y el compañerismo en grupo mejorando su estado físico de reacción y fuerza para lograr obtener resultados positivos.	
Participantes: 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Pañoletas, pito, cronometro.	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none">Trabajo de articulación de sus extremidades superiores inferiores.Juego de “carreras” los niños forman grupos y hacen carreras a diferentes direcciones con el objetivo de ganar.Estiramiento dinámico con flexión y extensión de sus extremidades en parejas.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se colocan en hilera tras de una línea de salida todos cogidos de la mano para poder trasladarse a coger la pañoleta, al otro lado de cancha aproximadamente diez metro, se determina tres pañoletas en cada equipo y un tiempo determinado.	
Parte principal: 35 Minutos Juego pase de la pañoleta Los niños se toman de la mano para poder salir a recoger la pañoleta para trasladarla al otro extremo de la cancha, el niño que se encuentre en la mitad de los compañeros toma la pañoleta sin soltarse de los compañeros y a si sucesivamente por un tiempo. Gana el equipo que más pañoletas a recorrido en el transcurso del tiempo establecido.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variante: Se cambian de posición, la agarran a la pañoleta con las manos, la boca en parejas.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte final 10 Minutos Trote lento y estiramientos en parejas, charla del juego.	
Evaluación: Son capaces de demostrar sus habilidades y actitud de realizar el juego motivados por la participación y voluntad de todos se cumple con las reglas y normas establecidas en clases dando como resultado un juego alegre comprometido al compañerismo.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 11	
Tema: El juego de mi objeto	
Objetivo: Incentivar y desarrollar la percepción mediante los sentidos tratando de orientarse al sonido para lograr descubrir un estímulo.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Pañoletas, pito, sonajeros	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares con rotación de hombros, cadera, rodillas y tobillos. • Juego orientación mis “animales” se trata de encontrar el animal que se le encomendó tapados los ojos al sonido que le pertenece. • Estiramiento dinámico con flexión y extensión de sus extremidades, en grupo. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños se colocan dispersos por la cancha de césped, se deben tapar los ojos con las pañoletas y escuchar el sonido que el profesor les ordene para poder dirigirse a coger la pañoleta.	
Parte principal 35 Minutos Mi objeto Se colocan los niños en la cancha tapados los ojos dispersos y poder escuchar el sonido o la orden del profesor y lograr atrapar el objeto. Gana el niño que más objetos tenga en su poder.	
Variantes: En parejas luego sumando uno tras otro hasta terminar todo el grupo.	
Parte final 10 Minutos Trote progresivo, estiramientos en estaciones charla de la clase.	
Evaluación: Son capaces de orientarse a los estímulos del sonido, demostrando concentración, dinamismo cumpliendo las reglas del juego y motivados por las acciones que se presentan logrando las ganas de obtener más objetos.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 12	
Tema: Juego del gavián pollero	
Objetivo: Mejorar su intuición y reacción al momento de un estímulo como también la orientación, dirección de acuerdo a su acción fortaleciendo su estado anímico y físico.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimiento articular con rotación de hombros, cadera, rodillas y tobillos de forma ascendente. Juego de persecución la “bandera” a la voz del profesor las primeras de cada hilera saldrán corriendo en línea recta darán la vuelta por detrás de la bandera y estos regresarán corriendo y se colocarán al final. Se puede realizar el juego alternando las arrancadas. Estiramiento dinámico flexión y extensión de sus extremidades en parejas. 	
Organización: Todos los niños se dispersan por todo el terreno simulando que fuesen pollos mientras uno de los compañeros es un gavián. Los pollos tienen dos casas donde pueden ocultarse y el pollo que ha sido comido empieza a ser gavián.	<p>Fuente: Marlon Aza</p> 
Parte principal 35 Minutos Gavián pollero Los niños se convierten en pollos y solo uno es el gavián, consiste en que todos los pollos pasan por todo el lugar del patio mientras el gavián se levanta y empieza a comer los pollos que encuentre en el lugar.	<p>Fuente: Marlon Aza</p> 
Variantes: Solo la mitad del campo, niños contra niñas, en diferentes posiciones y direcciones.	
Parte final 10 Minutos Estiramientos, estáticos charla de la clase.	
Evaluación: Son capaces de demostrar su capacidad aeróbica y jugar de manera motivacional cumpliendo reglas del juego, formando amistad con todos sus compañeros.	<p>Fuente: Marlon Aza</p>

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 13	
Tema: Juego del pase y pase	
Objetivo: Desarrollar la coordinación óculo manual y la precisión de cada movimiento permitiendo manejar de forma correcta una acción de juego.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito, balón	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares de hombro, cadera, rodillas y tobillos de forma rotativa. • Caminata progresiva y pasar a trote. • Estiramientos con flexión extensión de sus extremidades en grupo. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños se dividen en dos equipos en el patio o estadio de clase donde el profesor da la señal de juego.	
Parte principal 35Minutos Juego del pase y pase El juego consiste en que los equipos realicen diez pases y gana un pun y se termina cuando haya ganado dos veces seguidas como el ecua vóley o se irán al tercer quince, mientras que el otro equipo tratara de que no permita hacer los pases y viceversa. Gana el que tiene dos quince a favor.	
Variantes: Los pases se lo pueden realizar haciendo un bote, se puede implementar un balón, no se puede dar el pase al mismo jugador que le dio anteriormente.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte final 10 Minutos Charla motivacional de la clase y estiramientos en tríos.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Son capaces de organizarse en grupo y ser muy estratégicos para lograr ganar el juego, cumpliendo con sus actividades que les ordene el profesor, manteniendo su orden disciplina y alegría del juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 14	
Tema: juego de blancos y negros	
Objetivo: Desarrollar la reacción y velocidad en los niños para fortalecer su estado físico mediante el trabajo del juego de persecución.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, Pito	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimientos articulares de hombro, cadera, rodillas y tobillos en forma descendente. Juego “el gato y el ratón” los niños nombran un gato y un ratón para ser correteado alrededor de un círculo que los niños formen, donde el gato esta fuera y el ratón dentro los niños que conforman el círculo no deben hacer pasar al gato a dentro. Estiramientos en posición parado, sentados y acostados con flexión extensión de sus extremidades. 	
Organización: Los niños forman dos equipos divididos por la mitad de la cancha formando una fila sentada espalda contra espalda cada uno.	<p>Fuente: Marlon Aza</p> 
Parte principal 35 Minutos Juego de blancos y negros El juego consiste en que los niños se colocan espalda contra espalda poniéndose el nombre de blancos y negros y a la señal del profesor salgan corriendo a tocar la espalda del niño del equipo blanco o viceversa mientras que se escapa. Gana el que toque su espalda tres veces a su pareja.	<p>Fuente: Marlon Aza</p> 
Variantes: Aumentar el grupo, sentarse luego pararse y correr a tocar a sus compañeros.	
Parte final: 10 Minutos Caminar al rededor de la cancha y estiramientos estáticos con charla de la clase y relajación cubito ventral.	
Evaluación: Son capaces de controlar su resistencia, velocidad como también su reacción mejorando su acción de integrar y desarrollar el juego en orden disciplina, y se observo el niño y la alegría de cada uno de los niños.	<p>Fuente: Marlon Aza</p>



ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 15	
Tema: El juego de los vaqueros	
Objetivo: Mejorar la coordinación específica y controlar el estado emocional mediante el juego logrando mayor coordinación en los ejercicios específicos.	
Participantes: 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Ulas, pito, patio	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares de hombros, cadera, rodillas y tobillos en tríos. • Caminata progresiva pasando a trotar por diferentes partes del campo. • Estiramientos dinámicos con flexión extensión de sus extremidades formando un círculo. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Forman un grupo de niños quedando un solo niño como vaquero solo donde debe atrapar a los toros y ponerlos en el corral y a si se va incrementando los vaqueros en el transcurso del juego.	
Parte principal 35 Minutos Los vaqueros: El juego consiste en que los vaqueros atrapen a los toros salvajes poniendo un solo vaquero a atrapar a los toros en el transcurso del juego se incrementan los vaqueros luego los ponen en el corral hasta terminar con todos.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Disminuir o aumentar los vaqueros, Determinar un tiempo, saltando y agarrar con mano izquierda.	
Parte final: 10 Minutos Caminata progresiva acompañada de estiramientos y relajación cubito ventral.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Son capaces de demostrar sus capacidades físicas de manera adecuada con entusiasmo y dedicación en el juego también cumpliendo las reglas establecidas y valores que se utilizan en el juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 16	
Tema: Juego de la Familia de	
Objetivo: Mejorar la concentración y memoria de cada estudiante con los juegos optimizando el movimiento de ejecución.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio, pito	Método: Juego
<p>Calentamiento: 15 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimiento articular de hombros, cadera, rodillas, y tobillos con progresión de ritmo. • Juego “el anillo travieso”, todos los niños menos uno deben sentarse en ronda tomando la soga. Uno se oculta el anillo en su mano, sin que lo vea el niño que va al centro. Cuando el niño del centro descubre quien tiene el anillo, tomará su lugar. • Estiramientos dinámicos con flexión extensión de sus extremidades. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Organización: Se forma dos circunferencias con su respectiva parejas uno a dentro y la otra por afuera y a la señal del profesor toman su ejecución.</p>	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Parte principal: 35 Minutos</p> <p>Familia de Los niños forman dos circunferencias para poder realizar el juego y especificar su familia los dos círculos dan la vuelta en sentido contrario y al momento de que el profesor nombra “familia de” debe correr donde está la familia.</p>	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
<p>Variante: Se puede jugar con tres o con cuatro.</p>	
<p>Parte final: 10 Minutos Caminar al redor de la cancha y estiramientos.</p>	
<p>Evaluación: Son capaces de resistir a un juego de resistencia aeróbica con diferentes cambios de ritmo y dirección como también la concentración de cada uno fortaleciendo su autoestima y alegría cumpliendo con sus respectivas reglas de juego.</p>	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 17	
Tema: Juego salta canguro salta y corre	
Objetivo: Ejercitar el salto de altura logrando fortalecer sus extremidades inferiores y conocer del salto en sí, e implementar estímulos de reacción y velocidad en el juego.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Colchoneta, banderolas, pito, cinta, elástica.	Método: juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulare de hombros, cadera, rodillas, tobillos, en estaciones. • Caminar punta, talón, hasta llegar a trotar. • Estiramientos dinámicos. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se dividen dos equipos y forman dos hileras para ejecutar el juego a la orden del profesor.	
Parte principal 35 Minutos Juego salta canguro salta y corre Los equipos tienen diferentes actividades, donde un equipo sale de una distancia de 4 metros haciendo un salto de altura y cayendo en la colchoneta para luego regresar y dar la mano a su compañero y a si sucesivamente hasta terminar un tiempo determinado. Mientras tanto el otro equipo corre aproximadamente 10 metros y regresa al lugar de donde salió para luego salir otra vez corriendo a una distancia de 5 metros y regresar y a si sucesivamente con los demás compañeros. Se hace dos veces para que los equipos realicen las dos actividades.	
Variantes: Los saltos se hacen con los dos pies con uno, en tijera, y el salto cayendo sobre la espalda o de frente.	
Parte final 10 Minutos Estiramiento sin movimiento y relajación cubito ventral.	
Evaluación: Son capases de accionar de forma adecuada al momento que se ordena cumpliendo y acatando orden del profesor logrando una buena ejecución del juego y sobretodo el valor de respeto y compañerismo valorando el esfuerzo de cada uno de sus compañeros.	
ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 18	




Tema: juego corre y se progresivo	
Objetivo: Mejorar su capacidad de resistencia aeróbica cumpliendo un proceso secuencial que aumenta su ritmo de carrera.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Una pista o patio, pito	Método: Juego continuo variable
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none">• Movimientos articulares de hombros, cadera, rodillas, pies.• Caminar con diferentes partes del pie y progresivo.• Estiramientos dinámicos y relajación cubito ventral.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se forma uno o dos grupos para correr secuencialmente en un determinado tiempo.	
Parte principal 35 Minutos Corre y se progresivo En este juego se controla el tiempo se forma dos equipos donde corren una distancia de 100 metros cada deportista de cada equipo, controlado su progresión de carrera 40 metros caminando luego 40 metros trotando y los 20 metros velocidad y a si secuencialmente hasta terminar con todos los niños.	
Variantes: En parejas, todo el grupo	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte final 10 Minutos Estiramientos estáticos y Relajación.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Son capaces de realizar actividades aeróbicas de forma adecuada, disfrutan del juego y colaboran con los menos hábiles en el trabajo de equipo.	
ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 19	




Tema: Juego pégate	
Objetivo: Desarrollar la coordinación general control postural y el mejoramiento de la comunicación.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Colchonetas, pito, patio	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimiento articular de hombros, cadera, rodillas, y pies con rotación. • Trote progresivo en diferentes direcciones y ritmo. • Estiramiento dinámico flexión extensión de sus extremidades piernas y brazos. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se colocan la mayoría de colchonetas en el piso y luego se ponen en parejas para poder desplazarse.	
Parte principal 35 Minutos Pégate Los niños se ubican en un lugar determinado en parejas para poder desplazarse en diferentes posiciones (espalda contra espalda, pies con pies acostados, etc.) sin perder el contacto del compañeros y alguno de ellos pierde el contacto debe regresar de nuevo.	
Variantes: Formar grupos grandes, moverse en diferentes direcciones.	
Parte final 10 Minutos Trote progresivo, estiramientos y relajación.	
Evaluación: Son capaces de realizar las acciones recomendadas de forma eficiente, participando de la mejor manera respetando las reglas de juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 20	
Tema: juego condúceme	
Objetivo: Afirmar la lateralidad corporal, orientación espacial y colaboración en parejas mejorando su compañerismo o trabajo en equipo.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Palos de escoba, pañoletas	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares. • Caminata progresiva luego trotando. • Estiramientos dinámicos en círculos. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños Se colocan en parejas uno de tras del otro el primero se tapa los ojos y el segundo lo dirige de forma sincera y ordenada logrando ganar a los demás compañeros de los otros equipos.	
Parte principal 35 Minutos Condúceme Los niños se colocan dispersos en el terreno de juego uno tras del otro donde el que esta atrás lo dirige al de adelante permitiendo que no se vaya a chocar con los compañeros, pasando de un lugar a otro.	
Variantes: Integrar más niños en la pareja y formar grandes grupos.	
Parte final 10 Minutos Trote lento, estiramientos estáticos y charla motivacional.	
Evaluación: Son capaces de realizar actividades físicas y de liderazgo mejorando su orientación, también disfrutan de las actividades de juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 21	
Tema: Juego dibuja	
Objetivo: Mejorar la percepción táctil y la capacidad de comunicación verbal logrando fortalecer la integración en grupo.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Patio	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares de hombro, cadera, rodillas, pies de forma circular. • Caminata en diferentes direcciones progresivo y con punta de pies talón y parte lateral e interno. • Estiramientos dinámicos en parejas agarrados de las manos. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños se forma dos filas uno tras del otro para luego dibujar en su espalda.	
Parte principal: 30 Minutos Juego dibuja A la señal del profesor el ultimo de la fila le indica un dibujo y debe dibujar al compañero que está delante del y así sucesivamente hasta llegar al primero, luego el profesor enseñara el dibujo y se mirara la perfección.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Se dibuja en cualquier parte del cuerpo del compañero, se dibuja en el aire mientras observa.	
Parte final: 15 Minutos Trote progresivo alrededor de la cancha y estiramientos estáticos en círculo.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Son capaces de realizar los ejercicios de forma adecuada con mucha cautela y concentración logrando mejorar sus habilidades y comunicación con gestos y accionar del juego.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 22	
Tema: Los boliches	
Objetivo: Coordinar la visuomotriz y adecuación del movimiento corporal y la alegría del equipo.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Balón	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimiento articular de hombros, cadera, rodillas, y pies de forma circular, y de aducción y abducción Trotar trote progresivo en parejas por diferentes partes del terreno. Estiramientos dinámicos con flexión y extensión de las extremidades, en grupo. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: El grupo de los niños se colocan en posición de bolos en una distancia que se pueda tocar, mientras uno de los niños lanzara un balón de una distancia de 10 metros.	
Parte principal: 35 Minutos El juego de los boliches Se lanza un balón, los que son tocados debe caer tocando uno de los compañeros, para que se caiga en secuencia sin romper la cadena. Se van cambiando roles y posiciones. Se hace cálculo el total de bolos derivados.	
Variantes: Buscar distancias y posiciones, se patear el balón en ciertas distancias.	
Parte final 10 Minutos Trote progresivo, estiramientos en grupo y relajación cubito ventral.	
Evaluación: Son capaces de ejecutar la orden de manera adecuada y disfrutar las actividades que se ha planificado fortaleciendo su compañerismo e integración grupal.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 23	
Tema: El juego mi globo	
Objetivo: Desarrollar la coordinación dinámica general sincronizando la acción motriz y dando respeto a sus habilidades de cada uno.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Globos	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de rotación de hombros, cadera, rodillas y pies de forma progresiva. Juego “los globos” Se formarán 2 equipos, arrodillados, uno detrás de otro. Del otro lado estarán los globos, inflados. Cuando den la señal, saldrán uno de cada equipo saltando, tomar el globo con la mano y deberán reventarlo con la cola. Ejercicios de estiramientos con flexión extensión de piernas y brazos. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños se colocan en parejas espalda contra espalda de una línea de salida sosteniendo un globo.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte principal 35 Minutos Mi globo Los participantes deben trasladarse en parejas sosteniendo un globo en la espalda logrando llegar primeros al otro extremo.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Con el pecho, entre las piernas, otras acciones girar sentarse, etc.	
Parte final 10 Minutos Caminata en grupo y en parejas en cada 200 metros un estiramiento y relajación cubito ventral.	
Evaluación: Son capaces de ejecutar de manera adecuada sus actividades de juego demostrando alegría diversión como también cumpliendo sus reglas y adaptando medidas de higiene al final de cada clase.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 24	
Tema: Juego de la tabla móvil	
Objetivo: Mejorar el equilibrio dinámico y la coordinación dinámica general, respetando sus compañeros en el momento del juego.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Ninguno	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de rotación de hombros, cadera, rodillas y pies de forma descendente. Trotar en parejas alrededor de la cancha a diferentes direcciones y ritmos. Estiramientos dinámicos en grupo. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Forman dos grupos en hileras	
Parte principal: 35 Minutos Juego de la tabla movable Los niños se ponen en una hilera al momento que el profesor da la señal todos se ponen en cuadrupedia tocando cada uno una parte del cuerpo del compañero, mientras el compañero ultimo debe pasar por encima de los compañeros sin tocar el suelo. Gana el que llega primero al otro extremo.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variante: Comenzar con grupos pequeños, pasar caminando en cuclillas y arrastrándose.	
Parte final 10 Minutos Caminata, trote progresivo y estiramientos estáticos.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Son capaces de realizar el juego de manera positiva, gran poder de concentración y alegría transmitiendo. Manejan de mejor manera el orden el respeto al momento de hacer la actividad.	




ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 25	
Tema: juego el gana con esfuerzo	
Objetivo: Mejorar la resistencia aeróbica general mediante juego de carreras para fortalecer sus capacidades físicas.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Balones, banderolas, pito.	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos Movimiento articular, caminar en diferentes posiciones del pie y direcciones y estiramientos dinámicos.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Forman cuatro grupos uno al frente del otro a una distancia de 12 metros de cada grupo.	
Parte principal 35 Minutos El juego gana con esfuerzo A la señal del profesor el primero de la fila sale corriendo a entregar el balón al primero de la fila de sus compañeros y se ubica atrás de la otra columna y a si sucesivamente hasta terminar con todos los compañeros Gana el equipo que haya terminado primero.	
Variantes: Correr alrededor de los compañeros y entregar al primero, correr entre medio los compañeros y entregarle al último de la columna.	
Parte final 10 Minutos Trote lento y estiramientos pasivos.	
Evaluación: Son capaces de realizar las actividades de juego de forma efectiva disfrutan de las actividades que aplica participando activamente en la clase, manteniendo una adecuada actitud física.	

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 26	
Tema: El juego de la cruz	
Objetivo: Fortalecer su capacidad física de la fuerza y su orientación al momento de ejecutar el juego.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Tizas	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Movimientos articulares especificando el tren inferior con flexión extensión. Trote progresivo con estaciones de estiramientos dinámicos ubicados en el terreno de juego. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se colocan cuatro equipos cada equipo tiene una cruz, y en cada grupo hay un representante para controlar los saltos de cada miembro de equipo venciendo a los demás.	
Parte principal 35 Minutos El juego de la cruz Los niños se colocan en grupos iguales en cada cruz, y a la señal del profesor deben saltar cada uno 1 minuto adelante atrás a los lados y al centro y así terminar con todos los niños del grupo y al final se contara cuantos saltos asieron el grupo y se premiara al grupo campeón.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Con dos niños, con tres y se va aumentado.	
Parte final 10 Minutos Trote suave y estiramientos estáticos con masajes de sus compañeros.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Evaluación: Son capaces de realizar los ejercicios de forma eficiente disfrutando de los ejercicios y reglas que obtienen el juego motivándose en sus acciones de equipo.	

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 27	
Tema: Que fuerte soy	
Objetivo: Desarrollar la capacidad de la fuerza en el tren superior mediante juegos de lanzamientos logrando divertir al niño.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Balones medicinales, tizas.	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos Estaciones de movimiento articular trote progresivo y estiramientos.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños se colocan en el campo dos hileras tras de una línea de lanzada esperando la orden del profesor.	
Parte principal 35 Minutos Que fuerte soy Los niños se colocan en la línea de lanzada el primero se arrodilla y debe hacer dos intentos de lanzamiento en progresión y se evalúa el lanzamiento más largo del equipo para luego su compañero lance, y así progresivamente hasta terminar con sus compañeros. Gana el equipo que más largo a lanzado.	
Variantes: Hacia atrás, lateral y con una mano	
Parte final 10 Minutos Trote progresivo Estiramientos pasivos y relajación en grupo.	
Evaluación: Son capaces de resistir una fuerza de manera adecuada con ganas de superarse y ganar el juego cumpliendo diferentes normas y reglas que obtiene el juego y sobretodo la alegría de ejecutar los diferentes lanzamientos acompañados de sus compañeros y trabajo en equipo.	

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 28	
Tema: El juego Lanzar y disfrutar	
Objetivo: Mejorar su lanzamiento y su precisión para fortalecer su habilidad mediante juegos del mini atletismo.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Pelotas de beisbol un elástico, dos postes y canastas	Método: Juego
Calentamiento 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimiento articular del tren superior con rotación de hombros codo y muñeca. • Trote en diferentes direcciones y ritmos. • Estiramientos dinámicos con flexión extensión de hombros, en grupo. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Se colocan dos grupos haciendo una hilera en distancias prolongadas los niños se ubican a una distancia de 5 metros de la cinta.	
Parte principal 35 Minutos El juego de lanzar y disfrutar Los niños a la señal del profesor salen los primero lanza por encima del elástico a una altura de 2 metros pasando y logrando encestar a una canasta que está al otro lado del elástico y a si sigue los demás niños. el niño que no puede encestar debe seguir intentado hasta lograrlo y pasar la posta a los compañeros. Gana el que termina en menos tiempo el juego.	
Variantes: Con las dos manos, con la derecha, izquierda, hacia atrás.	
Parte final 10 Minutos Trote progresivo y estiramientos.	
Evaluación: Son capaces de realizar lanzamientos con precisión apropiada de forma entusiasta y alegría transmitiendo motivación al grupo. Adaptando las actividades físicas a su características volitivas.	

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 29	
Tema: Las ulas	
Objetivo: Mejorar la orientación espacial y ubicación grupal por medio del juego de integración y compromiso de ayuda a los demás.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Ulas de diferente color	Método: Juegos
Calentamiento: 10 minutos <ul style="list-style-type: none"> • Movimientos articulares de hombros, cadera, rodillas, tobillos con rotación progresiva. • Juego de “los aros” los niños van cantando alrededor de los aros cantando al momento de apagar la canción todos corren a dentro de la ula sin eliminación pero con una penitencia. • Estiramientos dinámicos y charla de la clase. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: El profesor coloca ulas alrededor del patio o estadio para poder ejecutar sus actividades que les permita. Los niños se pondrán los colores que ellos les gusten en cada parte del juego.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Parte principal 30 Minutos Las ulas Los niños dispersos por el patio trotan alrededor de las ulas, cuando el profesor da la señal de unirse de a tres en el color rojo correrán a las ulas que estén listas sin quedarse ninguno afuera. El que queda afuera ara una penitencia.	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Variantes: Incrementar el grupo uniendo las ulas, trotar en parejas y grupos.	
Parte final 5 Minutos Caminata alrededor de la cancha en parejas estiramientos estáticos en parejas.	
Evaluación: Son capaces de realizar actividades aeróbicas de forma eficiente, disfrutando la clase, participando activamente con alegría e entusiasmo, cumpliendo reglas de juego.	

ACTIVIDAD DIDÁCTICA N° 30	
Tema: El juego de los bastones	
Objetivo: Mejorar la coordinación y la simbolización de sus acciones como patriota mediante juegos que permitan motivar y desarrollar sus habilidades físicas y coordinativas.	
Participantes: Más de 30	Tiempo: 60 minutos
Materiales: Palos de escoba, cintas	Método: Juego
Calentamiento: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de movimiento articular de tren superior con rotación de hombro codo muñeca con frecuencia de aceleración. Trote lento Estiramiento dinámico por estaciones. 	 <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>  <p>Fuente: Marlon Aza</p>
Organización: Los niños juegan con los bastones libremente alrededor de la cancha.	
Parte principal 35 Minutos Los bastones Los niños toman un bastón de palos de escoba cada uno permitiendo que ejecuten un ejercicio por cada uno libremente y las ordenes del profesor.	
Variantes: Marchar como soldado con el fusil en el hombro, el caballito, escalar caminar coordinadamente en parejas.	
Parte final 10 Minutos Trote lento alrededor de la cancha, sentados en un círculo los estudiantes sierran los ojos y realizan la respiración para relajarse, respirando por la nariz y votan por la boca contar hasta diez.	
Evaluación: Son capaces de ejecutar de forma adecuada y correcta cumpliendo valores de respeto, integración y orden tomando en cuenta su seriedad al momento de simular una actividad militar, también se observa el valor de la practica física para el cuidado de la salud.	

4.7 Impacto

4.7.1 Impacto educativo

La educación en los niños (as) de estas edades permite educar movimientos y descubrir talentos por medio de la iniciación deportiva y motivara a través del mini atletismo lo que facilita su formación integral como ser humano. El propósito de trabajar en tempranas edades es el moldear sus capacidades motrices básicas y hábitos deportivos ya que permite descubrir diferentes juegos, reglamentos y valores que son parte de toda una vida, tanto así que al hablar de juegos fomentamos la integración y compañerismo y sobre todo el valor de liderar, y posteriormente que el niño tome sus propias decisiones y elija que deporte puede especializarse sin afanar sus etapas en tempranas edades logrando a futuro unos buenos resultados deportivos.

4.7.2 Impacto en la salud

Al hablar de salud se puede apreciar la importancia del niño y la ética profesional del profesor de educación física por lo que es un tema muy delicado y riguroso al hablar de un ser humano, por lo tanto se debe planificar trabajos o juegos que sean acordes a sus edades logrando en el niño motivación, diversión y participación ya que es significativo el desarrollo y el mejoramiento de su estado biopsicosocial sin caer en la tentación de saltar procesos y especializar a los niños con fundamentos técnicos de determinados deportes ya que trae consecuencias físicas y mentales a futuro.

4.7.3 Impacto social

El juego en general es una actividad que mejora sus capacidades coordinativas como también lo emocional ya que permite recrearse y des estresarse de una rutina diaria. El ser humano es un ser integrador, social, participativo y comunicativo donde el deporte permite socializar y forma parte de grandes grupos de amistad que conllevan

a una sociedad fuera de drogas y alcoholismo, por lo tanto hacer actividad física permite fomentar la amistad y más aún en el deporte escolar que forman y desarrollan actitudes que sean útiles en la sociedad, personas de bien participativos y líderes lograr grandes metas deportivas y educativas.

4.8 Conclusiones y recomendaciones

4.8.1 Conclusiones

- Se evidencia que el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad está entre buena y regular, por lo que hay que mejorar el trabajo de todos los movimientos corporales logrando el desarrollo de sus habilidades y destrezas mediante juegos pre deportivo.
- Se concluye que el nivel de desarrollo del ritmo de aprendizaje en los alumnos 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad está entre buena y regular, por lo tanto se debe trabajar mucho en el movimiento general, trabajos en juegos pre deportivos en estas edades tempranas.
- Se concluye que los profesores de educación física no tienen claro que es la iniciación deportiva y mini atletismo ya que implementan ejercicios más fuertes sin evaluaciones de test físicos específicos con una exigencia más esforzada. Lo que se demostró en los encuestados de la Institución Educativa.
- Se concluye que el tipo de juegos que utilizan los docentes en esta etapa de iniciación deportiva en los alumnos de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad son juegos con fundamentos técnicos, tácticos. sin tomar en cuenta sus capacidades motrices básicas.

- Se concluye que en la Institución Educativa no realizan trabajos de coordinación y festivales deportivos del mini atletismo por falta de conocimiento y el interés de parte de los profesores de educación física.
- Se considera que los profesores de educación física no aplican correctamente los trabajos del mini atletismo ya que la mayoría de los niños (as) de la Institución desconocen sus pruebas y sus reglamentos que se utiliza en estos eventos.
- Se evidencia que la mayoría de los niños investigados de la Institución Educativa indican que su profesor rara vez utiliza una ficha de observación para evaluar, controlar y cumplir con el seguimiento más exacto de su formación deportiva y el desarrollo de sus capacidades.
- Se concluye que el autor de trabajo de grado si debe elaborar una propuesta alternativa para mejorar los procesos de iniciación deportiva enfocados al mini atletismo de los niños de 7 A 8 años, de acuerdo a los encuestados.

4.8.2 Recomendaciones

- Se recomienda a los docentes tomar conciencia con el objetivo de elevar el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas básicas en los alumnos de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, ya que está entre las alternativas buenas y regular, por lo que hay que mejorar sus resultados.
- Se recomienda a los profesores de educación física que aprovechen estas edades para su formación deportiva de acuerdo al proceso evolutivo logrando en el niño un buen desarrollo de habilidad y destreza, y más a un no saltar los procesos de la iniciación deportiva para así alcanzar los resultados adecuados de los niños(as) de la Institución Educativa Libertad.
- Se estimula a los docentes y estudiantes tomar seriedad y ética profesional para su mejoramiento de su coordinación a través del mini atletismo en los alumnos de 7

a 8 años de la Unidad Educativa Libertad ya que están está entre las alternativas de buena y regular, lo que es muy importante en estas edades tempranas su formación deportiva.

- Se recomienda a todos los profesores del Plantel Educativo que realicen eventos deportivos del mini atletismo más a menudo lo que accede a descubrir diferentes movimientos y ejercicios pocos ejecutados en las horas clases, para lograr un desarrollo fructífero en sus capacidades físicas y mentales.
- Se invita a los profesores de educación física a concientizar y emplear ejercicios y juegos pre deportivos del mini atletismo en estas edades lo que permite fortalecer las capacidades coordinativas y mejora su desenvolvimiento físico.
- Se recomienda a los docentes de Educación Física utilizar variedad de juegos generales y pre deportivo con el objetivo de mejorar las su multilateralidad y la habilidad deportiva de los niños (as) de la Institución Educativa.
- Se recomienda a los profesores de educación física que utilicen las fichas de observación como un instrumento de evaluación de habilidades y destrezas que los niños ejecuten en los determinados juegos o ejercicios aplicados en clases.
- Se impulsa a los docentes de educación física aplicar la guía didáctica con el propósito de mejorar las capacidades motrices básicas y los procesos de Iniciación Deportiva enfocada al mini atletismo de los alumnos de 7 a 8 años.

4.9 Respuestas a las preguntas de investigación

Interrogante N° 1

¿Cuáles son los tipos de juegos pre deportivos que utilizan los docentes para la preparación del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2016-2017.?

De acuerdo a la investigación realizada los tipos de juegos pre deportivos que utilizan los docentes son escasos desmejorando sus capacidades coordinativas o físicas es la falta de conocimiento y la incorrecta ejecución de ejercicios en determinadas edades, y el desinterés ya que les aplican trabajos de fundamentos técnicos de dichos deportes por lo tanto el desarrollo de los procesos de iniciación deportiva se va perdiendo considerando que es la etapas más importantes en los niños para su mejor desenvolvimiento de sus habilidades y destrezas.

Interrogante N°2

¿Cómo evaluar las capacidades físicas básicas través de ejercicios de la iniciación deportiva mediante test, para conocer su nivel de preparación?

Las estrategias metodológicas que se aplica en las evaluaciones de todas las actividades realizadas en clases aplicados test físicos de acuerdo a los niños logrando descubrir sus habilidades y debilidades de cada uno de los niños (as) y a si poder mejorar el su habilidad y destreza, como también incentivar y motivar al niño mediante los juegos generales pre deportivo como también los juegos de mini atletismo de determinadas edades.

Interrogante N°3

¿Cómo evaluar las capacidades coordinativas mediante fichas de observación para conocer el nivel de preparación de los niños(as), de la Institución Educativa Libertad?

Las evaluaciones que se ejecutan en los niños son fichas de observación para medir sus capacidades coordinativas logrando descubrir sus capacidades coordinativas para poder plantear estrategias y métodos para su aprendizaje motor, tomando en cuenta

que las capacidades coordinativas permiten al niño desenvolverse en sus actividades deportivas y fortalecer sus habilidades.

Interrogante N°4

¿Cómo elaborar una propuesta alternativa de juegos pre deportivo enfocado al mini atletismo para mejorar el rendimiento de los niños, logrando la máxima variabilidad de experiencias motrices?

La propuesta alternativa que se aplica en este programa será el método de juego por que se ejecutara trabajos netamente lúdicos tomando en cuenta diferentes medios que sean acorde a sus edades, de ahí que es muy importante trabajar la multilateralidad la coordinación y las habilidades básicas para así poder enriquecer su acción motriz logrando incentivar su estado anímico y motivación al momento de ejecutar un ejercicio.

4.10 Sección de referencia

4.10.1 Glosarios de términos

Actividad. - Comprende un conjunto de movimientos del cuerpo obteniendo como resultado un gasto de energía mayor a la tasa del metabolismo basal. A veces se utiliza como sinónimo de ejercicio físico, que es una forma de actividad varios aspectos de la condición física.

Aptitud.- Aptitud es la habilidad o postura que posee una persona o cosa para efectuar una determinada actividad o la capacidad y destreza que se tiene para el desarrollo y buen desempeño de un negocio, industria, arte, deporte, entre otros.

Aptitud física.- Es la capacidad que tiene el organismo humano de efectuar diferentes actividades físicas en forma eficiente, retardando la aparición de la fatiga y

disminuyendo el tiempo necesario para recuperarse. Esto da como resultado el buen funcionamiento de los órganos, aparatos y sistemas del cuerpo humano, debido a la realización periódica y sistemática de actividades físicas.

Condición física.- Es el estado de la capacidad de rendimiento psico-física de una persona o animal, en un momento dado. Se manifiesta como capacidad de fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad y coordinación.

Capacidades físicas.- Son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades.

Circuito.- Es un trayecto que se realiza en curva cerrada y que se establece para el desarrollo de competencias automovilísticas, o cualquier tipo de recorrido que termina en el mismo lugar en el que comienza.

Dinámico.- Cuando genera algún tipo de movimiento; de la estructura de fuerzas que se orientan hacia una meta; de la intensidad que puede llegar a alcanzar una actividad o acción

Ejercicio físico.- Es una actividad que se lleva a cabo en los momentos de tiempo libre, en el cual se incluye el baile, deporte, gimnasia, educación física, entre otros. El ejercicio físico es sinónimo de bienestar físico, mental y social de una persona.

.Estrés.- Es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso.

Ética.- Disciplina filosófica que estudia el bien y el mal y sus relaciones con la moral y el comportamiento humano.

Función.- Actividad particular que realiza una persona o una cosa dentro de un sistema de elementos, personas, relaciones, etc., con un fin determinado.

Hábito motor.- Se relaciona con la estructura de los movimientos, encierra su dibujo en la conciencia del ejecutor e incorpora, además, a la coordinación. Del trabajo y su correspondencia con la actividad de las funciones vegetativas, es decir, respiratorias, circulatorias y de intercambio energético.

Juego.- Actividad que se realiza generalmente para divertirse o entretenerse y en la que se ejercita alguna capacidad o destreza.

La actitud.- Es la disposición voluntaria de una persona frente a la existencia en general o a un aspecto particular de esta. Los seres humanos experimentan en su vida diversas emociones que distan de ser motivadas por su libre elección.

Lúdico.- Se conoce como lúdico al adjetivo que designa todo aquello relativo al juego, ocio, entretenimiento o diversión. El término lúdico se origina del latín ludus que significa “juego”.

Multilateralidad.- Es una de las fases básicas en el proceso de la preparación deportiva a largo plazo permite crear bases para una posterior y adecuada transición a la especialización; la multilateralidad ayuda a aumentar el banco de hábitos motores.

Materiales didácticos.- También denominados auxiliares didácticos o medios didácticos, pueden ser cualquier tipo de dispositivo diseñado y elaborado con la intención de facilitar un proceso de enseñanza y aprendizaje. Los materiales didácticos son los elementos que emplean los docentes para facilitar y conducir...

Pedagogía del deporte .- Es la encargada de estudiar los procesos de enseñanza y formación integral de la personalidad del individuo, a través del desarrollo de las

capacidades físicas e intelectuales, como también de las habilidades motrices básicas y deportivas, influyendo de manera positiva en la conducta social del individuo de acuerdo a su etapa de desarrollo.

Proceso.- La acción de avanzar o ir para adelante, al paso del tiempo y al conjunto de etapas sucesivas advertidas en un fenómeno natural o necesario para concretar una operación artificial.

Ritmo.- En general, es la repetición ordenada de elementos que produce la sensación de movimiento, controlado o medido, sonoro o visual. Se considera que el ritmo significa flujo, fluencia, curso; es decir, algo dinámico.

Técnica.- Conjunto de procedimientos o recursos que se usan en un arte, en una ciencia o en una actividad determinada, en especial cuando se adquieren por medio de su práctica y requieren habilidad.

Bibliografía

W. F. Antonio, (2011). *libro*. España: estribol.

Baz, I. H. (2000). *Atletismo*. España: Barcelona INDE 2000.

Blazquez. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. España: Barcelona: INDE publicaciones.

BOMPA, T. O. (2005). *ENTRENAMIENTO PARA JOVENES DEPORTISTAS: PLANIFICACION Y PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO EN TODAS LAS ETAPAS DE CRECIMIENTO*. ESPAÑA: HISPANO EUROPEA.

Carrillo Antonio, R. J. (2004). *El básquet a su medida: escuela de básquet de 6 a 8 años*. España: Editorial@inde.com.

Charles Gozzoli, S. J. (2006). “*ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF*”. Monaco: Main sponsor.

Charles, G., & Simohamed, J. (2006). “*ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF*”. Mònaco: IAAF.

Dietrich Martin, N. J. (2004). *METODOLOGÍA GENERAL DEL ENTRENAMIENTO INFANTIL Y JUVENIL*. Español: Editorial paidotribo.

Fernández, J. T. (2014). *Aplicación de tests, pruebas y cuestionarios para la valoración de la condición física, biológica y motivacional*. AFDA0210. Malaga : IC EDITORIAL. C.I.F.

Ferrer, W. (2011). *Esquema Formativo de fútbol*. España: Paidotribo.

Giménez Fuentes-Guerra Javier, J. J. (2013). *Investigación en formación deportiva*. España: wanceulen editorial deportivo.

Giménez Fuentes-Guerra, F. J. (2006). *DICCIONARIO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA*. España: Universidad de huelva.

Giménez, A. M. (2004). *NUEVAS PROPUESTAS LÚDICAS PARA EL DESARROLLO CURRICULAR DE EDUCACIÓN FÍSICA*. España: Paidotribo.

Gozzoli, C. S.-H. (2006). EL ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF. . *ATLETISMO PARA NIÑOS*, 6. , 07.

Gozzoli, S. E.-H. (2006). *MINIATLETISMO un evento para jóvenes por equipo* . Monaco : IAAF Athletics.

Iza Pilco, D. F. (2014). EL MINIATLETISMO Y EL DESARROLLO MOTOR DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA FISCAL QUITO LUZ DE AMERICA DE LA PARROQUIA MONTALVO DEL CANTON AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA. *UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN*. , 22.

Mangas, A. d. (2008). *Juegos para Educación Física: Desarrollo de destrezas básicas*. España : NARCEA,C.A DE EDICIONES .

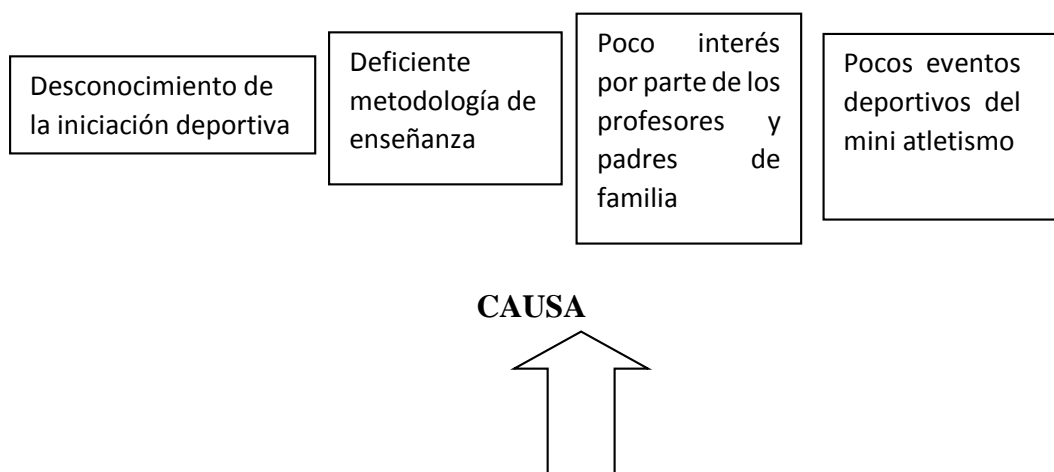
Martínez, J. M. (2007). *Educación Física: Cuaderno de Teoría*. España: Deportiva,S.L.

Navarro, S. &. (2009). LA INICIACION DEPORTIVA. EL DEPORTE ESCOLAR Y EL DESARROLLO MOTRIZ DEL NIÑO. *Revista deficiencias aplicadas al deporte*, 6. , 09.

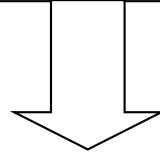
- Perez Cordoba, E. A., & Llames Lavandera, R. (2010). Aplicaciones de los conocimientos psicológicos en la iniciación deportiva. *Papeles del psicólogo* , 275.
- Ramírez. (2005). *ENTRENAMIENTO TOTAL*. ESPAÑA: PAIDOTRIBO.
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte* . España : Inde .
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el Deporte* . BARCELONA (ESPAÑA): INDE.
- Víllora, S. G. (2009). El concepto de iniciación en la actualidad. Retos: nuevas técnicas en educación física, deporte y recreación. *Retos: Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* , 19.
- Weineck, J. (2005). *ENTRENAMIENTO TOTAL*. Barcelona : paidotribo.

ANEXOS

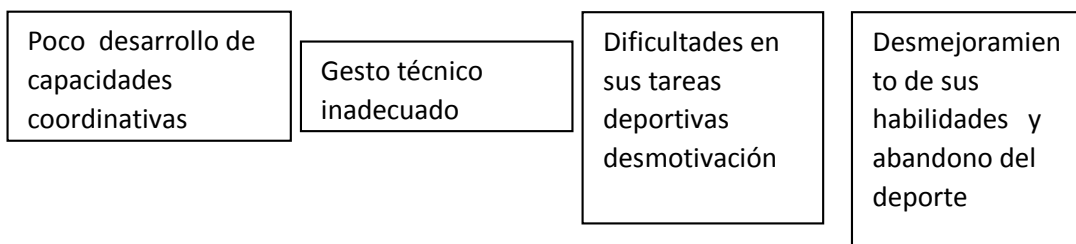
Anexos N° 1 Árbol de problemas



Falta de conocimiento del proceso de la iniciación deportiva y su desinterés de la influencia del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2016-2017.



EFFECTO



Anexos N° 2 Matriz de coherencia

Formulación del problema	Objetivo general	Tema
--------------------------	------------------	------

Falta de conocimiento de la iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2016-2017.	Determinar cómo influye la iniciación deportiva en la preparación del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2016-2017.	La iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2016-2017
<p style="text-align: center;">Preguntas de investigación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ ¿Cuáles son los tipos de juegos pre deportivos que utilizan los docentes para la preparación del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018? ➤ ¿Cómo evaluar las capacidades físicas básicas través de ejercicios de la iniciación deportiva mediante test, para conocer su nivel de preparación en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018? ➤ ¿Como evaluar las capacidades coordinativas mediante fichas de observación para conocer el nivel de preparación de los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018? ➤ ¿Cómo elaborar una propuesta alternativa de juegos pre deportivo enfocado al mini atletismo para mejorar el rendimiento de los niños, logrando la máxima variabilidad de experiencias motrices en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018? 		<p style="text-align: center;">Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificar que tipos de juegos pre deportivos utilizan los docentes para la preparación del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018. ➤ Evaluar las capacidades físicas básicas través de ejercicios de la iniciación deportiva mediante test, para conocer el nivel de preparación deportiva en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018. ➤ Evaluar las capacidades coordinativas mediante fichas de observación para conocer el nivel de preparación de los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018. ➤ Elaborar una propuesta alternativa de juegos pre deportivos del mini atletismo para mejorar el rendimiento de los niños de 7 a 8 años, logrando la máxima variabilidad de experiencias motrices en la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018.

Anexos N° 3 Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍA	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES
Un proceso cronológico, en el transcurso del cual el sujeto toma contacto con nuevas experiencias regladas sobre una actividad físico deportivo.	Iniciación deportiva	Fases de formación deportiva	Formación motriz básica
			Primera etapa de iniciación
			Segunda etapa de iniciación
		Esquema formativo de aprendizaje	Lateralidad
			Coordinación
			Espacio tiempo
			Equilibrio
		Juegos Pre-deportivos	Juegos pre-deportivos específicos
El mini atletismo tiene la intención de provocar excitación jugando al Atletismo. Nuevos eventos y una organización innovadora permitirá a los niños descubrir actividades básicas: carreras de velocidad, de resistencia, saltos, lanzamientos en cualquier sitio.	Mini atletismo	Correr	velocidad
			Resistencia
		Lanzar	Lanzamiento de la pelota.
			Lanzamiento arrodillado
			Lanzamiento de precisión
		Saltar	Salto en sentadillas hacia adelante
			Rebotes cruzados
			Saltos con cuerda

Anexo N° 4 Matriz de relación o diagnóstica

Objetivo del diagnóstico	Variables		Indicadores	Técnicas	Fuentes de investigación
Evaluar	Iniciación deportiva	Fases de formación deportiva	Formación motriz básica	Ficha de observación	Estudiantes De 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad
			Primera etapa de iniciación		
			Segunda etapa de iniciación		
		Esquema formativo del aprendizaje	Lateralidad	Encuesta	Profesores
			Coordinación		
			Espacio tiempo		
		Juegos pre deportivos	Equilibrio		
			Juegos pre deportivos específicos		
Valorar	Mini atletismo	Carreras	Velocidad	Ficha de observación	Estudiantes De 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad
			Resistencia		
		Lanzamientos	Lanzamiento de la pelota.		
			Lanzamiento arrodillado	Encuesta	Profesores
			Lanzamiento de precisión		
		Saltos	Salto en sentadilla hacia delante		
			Revotes cruzados		
			Saltos con cuerda		

Anexo N° 5 Encuesta

Estimado DOCENTE:

La encuesta tiene como fin establecer su criterio sobre las actividades físicas y coordinativas que cumplen los niños(as) de las edades de 7 a 8 años en la Unidad Educativa “Libertad” en el mini atletismo.

Para responder marque con una x, seleccionando la respuesta que refleje su criterio u opinión, se agradecerá que responda con absoluta sinceridad y precisión a cada una de las preguntas.

1. El nivel de conocimiento de Iniciación Deportiva que Usted tiene es:

Alternativa	Respuesta
Muy aceptable	
Aceptable	
Poco aceptable	
Nada Aceptable	

2. ¿Cree que es importante la iniciación deportiva en los niños de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
A veces	

3. ¿Según su criterio los tipos de juegos pre deportivos sirven para el mejoramiento de sus capacidades coordinativas y el desarrollo del mini atletismo en los niños de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
A veces	

4. Según su criterio el desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas para mejorar el aprendizaje motor es necesario así como el desarrollo multilateral de los niños(as).

Alternativa	Respuesta
Muy importante	
Poco importante	
Nada importante	

5. ¿Considera que se aplica correctamente las capacidades coordinativas en los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Siempre	
Casi siempre	
Rara vez	
Nunca	

6. ¿Piensa Usted que la capacidad física se debe aplicar de manera específica en los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
Poco	
Nada	

7. ¿Cree conocer lo suficiente acerca del mini atletismo?

Alternativa	Respuesta
Muy importante	
Importante	
Poco importante	
Nada importante	

8. ¿Se realizan festivales deportivos anuales dentro y fuera de la Institución encaminados a incentivar el mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Siempre	
Casi siempre	
Rara vez	
Nunca	

9. ¿Considera que es importante dar énfasis en la enseñanza y práctica del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Muy importante	
Importante	
Poco importante	
Nada importante	

10. ¿Conoce sobre las pruebas y reglamentación que se utiliza en el mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
Poco	
Nada	

11. ¿Cree que la práctica del mini atletismo mejora el estado físico y emocional de los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
Poco	
Nada	

12. ¿Es importante que el autor de la investigación elabore una Propuesta Alternativa de Iniciación Deportiva para la enseñanza- aprendizaje del mini atletismo en los niños(as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Muy Importante	
Importante	
Poco Importante	
Nada Importante	

13. ¿La aplicación de una Propuesta Alternativa de Iniciación Deportiva ayudará a mejorar la enseñanza – aprendizaje del mini atletismo en los niños (as) de 7 a 8 años?

Alternativa	Respuesta
Si	
No	
Poco	
Nunca	

Anexo N° 6 Test físico y fichas de observación

Test físico

Velocidad 50 metros.

Propósito

Medir la velocidad de desplazamiento

Material

Terreno liso, con la medida exacta, y cronómetro

Ejecución

Tras la línea de salida, a la voz de “listos”, (el brazo del profesor estará en alto), el alumno adoptará una posición de alerta. A la voz de “ya” el brazo del profesor decidiendo se comienza a correr y se pone en funcionamiento el cronómetro. El alumno debe de tratar de recorrer a la mayor velocidad posible de los 50 metros sin aflojar el ritmo de carrera hasta que se sobrepasa la línea de llegada que es cuando se detiene el cronómetro.

Anotación

El tiempo transcurrido expresados en segundos y décima de segundos, se anota el mejor tiempo de los dos intentos.

Condición	Tiempo segundos y milésimas	Calificación cuantitativa
Excelente	8,5 - 8,9	10-9
Muy buena	9,1 - 9,3	8,5-8
Buena	10,5 - 10,8	7,5-7
Regular	11,4 - 11,6	6,5-6
Deficiente	12,3 - 12,6	5,5-1

Fuente: Blázquez, D (2006) En su obra “Evaluación en Educación Física

Resistencia

Propósito

Medir la capacidad de resistencia física

Material

Cronómetro, pista atlética, pito

Ejecución

Los niños poniéndose en posición parados tras una línea de salida, da la orden el profesor de listos fuera para poder salir a máxima velocidad hacia la meta.

Anotación

Se mide por tiempo a una distancia de 1000 metros

Condición	Tiempo minutos y segundos	Calificación cuantitativa
Excelente	4,20 – 4,30	10-9
Muy buena	4,40 – 4,50	8,5-8
Buena	5,00 -5,10	7,5-7
Regular	5,40 – 6,10	6,5-6
Deficiente	6,30 -7,30	5,5-1

Test salto en Sentadillas hacia Adelante

Propósito

Medir la potencia de la musculatura extensora de las piernas

Material

Un metro y una superficie lisa

Ejecución

Tras la marca con ambos pies paralelos y piernas flexionadas. Saltar impulsando con las dos piernas a la vez tan lejos como se pueda hacia delante.

Anotación

La distancia en centímetros conseguida desde la marca asta el apoyo mas proximo a esta. Se anota el mejor de los dos saltos.

Condición	Distancia metros y centímetros	Calificación cuantitativa
Excelente	1,99 -210	10-9
Muy buena	1,83 -1,87	8,5-8
Buena	1,64 -1,75	7,5-7
Regular	1,52 -1,58	6,5-6
Deficiente	1,25 -1,30	5,5-1

Test rebotes cruzados

Propósito

Medir la potencia de tren inferior y lateralidad

Materiales

Cronometro, Tizas, patio liso

Ejecución

Desde el centro de la cruz de salto, el participante salta hacia delante, hacia atrás y hacia los costados. Específicamente, el punto de partida es el centro de la cruz hacia

delante; luego hacia atrás hacia el centro; luego hacia la derecha y nuevamente hacia el centro; luego hacia la izquierda y nuevamente hacia el centro; y finalmente, hacia atrás nuevamente hacia el centro.

Anotación

Se toma el tiempo de 30 segundos, mientras otro compañero cuenta los saltos que se ejecuten.

Condición	Repeticiones	Calificación cuantitativa
Excelente	60 – 65	10-9
Muy buena	50 – 55	8,5-8
Buena	40 – 45	7,5-7
Regular	30 – 35	6,5-6
Deficiente	20 – 25	5,5-1

Test saltos con cuerda

Propósito

Mirar la potencia de piernas y coordinación

Materiales

Cronometro, Soga, patio liso

Ejecución

El participante se para con pies paralelos en la posición de salida sosteniendo la cuerda de saltos detrás de su cuerpo con ambas manos. Cuando se da la orden, la cuerda se trae hacia delante de la cabeza y hacia abajo frente del cuerpo y el participante salta sobre ésta. El proceso cíclico se repite tantas veces como sea posible en 30 segundos. Los niños deben saltar con ambos pies. Cada niño tiene dos intentos.

Anotación

Se toma el tiempo de 30 segundos y el compañero le cuenta los saltos que ha realizado

Condición	Repeticiones	Calificación cuantitativa
Excelente	65 – 70	10-9
Muy buena	55 – 60	8,5-8
Buena	45 – 50	7,5-7
Regular	35 – 40	6,5-6
Deficiente	25 – 30	5,5-1

Test lanzamiento arrodillado

Propósito

Medir la fuerza explosiva general del cuerpo, con predominio en la musculatura de brazos y tronco

Material

Balón medisinale, cinta métrica

Ejecución

Tras la línea con los pies en la misma altura y ligeramente separados, y el balón sujeta con ambas manos por detrás de la cabeza. Arquear el tronco hacia atrás para lanzar con mayor potencia.

Anotación

Los metros y centímetros desde la línea de lanzamiento hasta la marca de caída del balón. se anota el mejor de los dos intentos realizados.

Condición	Distancia	Calificación cuantitativa
Excelente	3,10-2,55	10-9
Muy buena	2,50-2,10	8,5-8
Buena	2,00-1,80	7,5-7
Regular	1,50-1,00	6,5-6
Deficiente	0,90- 0,50	5,5-1

Test lanzamiento de la pelota**Propósito :**

Medir la fuerza explosiva general del brazo.

Material:

Pelota de beisbol cinta métrica.

Ejecución:

Tras la línea, con los pies ligeramente separados lanza la pelota con la mano que mayor fuerza tenga, Se mide el mejor intento de los dos lanzamientos.

Condición	Distancia	Calificación cuantitativa
Excelente	12,50-12,00	10-9
Muy buena	11,50-11,00	8,5-8
Buena	10,50-10,00	7,5-7
Regular	9,50-9,00	6,5-6
Deficiente	8,50-8,00	5,5-1

Test lanzamiento de precisión**Propósito:**

Medir la capacidad de precisión.

Material

Tizas, tabla métrica, cinta métrica

Ejecución

El participante lanza desde una distancia seleccionada. Es necesario marcar dos líneas: a 5m, 6m, de distancia a una tabla métrica del 0 al 10. Cada participante tiene 10 intentos para dar al punto central o 0 con el objeto lanzado. En cada intento, el participante puede elegir lanzar desde cualquiera de las dos líneas, se toma el mejor intento en la escala.

Condición	Intentos	Calificación cuantitativa
Excelente	1-2	10-9
Muy buena	3-4	8,5-8
Buena	5-6	7,5-7
Regular	7-8	6,5-6
Deficiente	9-10	5,5-1

Anexo N° 7 Fichas de observación

Iniciación deportiva Juegos genéricos	VALORACIÓN									TOTAL	
	Cualitativa	4		3		2		1			
	Cuantitativa	Excelente		Muy bueno		Bueno		Malo			
	Valores	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Habilidad y destrezas en el juego		14	14	15	15	12	12	58	57	99	100
Espacio tiempo de juego		9	9	15	15	17	17	48	58	99	100
Ritmo medio de juego		10	10	11	11	19	19	59	58	99	100

Iniciación deportiva Juegos pre deportivos		VALORACIÓN								TOTAL		
		Cualitativa	4		3		2		1			
		Cuantitativa	Excelente		Muy bueno		Bueno		Malo			
		Valores	f	%	f	%	f	%	f			%
Familiarización de instrumentos		16	16	18	18	20	20	45	45	99	100	
Trabajo en equipo		15	15	20	20	18	18	46	46	99	100	
Captación de reglas de juego		14	14	17	17	21	21	47	47	99	100	
Iniciación deportiva C. Coordinación		VALORACIÓN								TOTAL		
		Cualitativa	4		3		2		1			
		Cuantitativa	Excelente		Muy bueno		Bueno		Malo			
		Valores	f	%	f	%	f	%	f			%
Equilibrio		13	13	17	17	20	20	49	49	99	100	
Orientación		15	15	14	14	18	18	52	52	99	100	
Aprendizaje motor		12	12	15	15	15	15	54	54	99	100	
Reacción		17	17	15	15	20	20	47	47	99	100	
Agilidad		14	14	17	17	16	16	47	47	99	100	

Anexo N° 8 Certificados

Ministerio
Educación
Provincia del Carchi

UNIDAD EDUCATIVA "LIBERTAD"

Creada el 9 de septiembre del 2013-Resolución: 214DP-CEZ-1-2013

Telefax: 062212001-2212174

Correo electrónico: cnlibertad75@yahoo.es



TECNOLOGO SANTIAGO ANDRES MAFLA ULLOA RECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LIBERTAD" DE LA PARROQUIA LA LIBERTAD, CANTÓN ESPEJO, PROVINCIA DEL CARCHI.

CERTIFICADO

CERTIFICO: Que el Sr. AZA CAICEDO MARLON JAVIER con C.C. 0401652680, realizó encuestas y fichas de observación de iniciación deportiva y el mini atletismo con los profesores del área de Cultura Física y estudiantes de 7 a 8 años de la Unidad educativa "Libertad", previo al trabajo de investigación de su tesis.

Es todo cuanto puedo certificar facultando a la interesada hacer con el presente como se estime conveniente.

La Libertad, 26 de octubre del 2017

Tec. Santiago Mafla
RECTOR U E L



SOMOS PARTE DE UN EQUIPO EXCEPCIONAL EL MINEDUC



UNIDAD EDUCATIVA "LIBERTAD"

Creada el 9 de septiembre del 2013-Resolución: 214DP-CEZ-1-2013

Telefax: 062212001-2212174

Correo electrónico: cnlibertad75@yahoo.es



TECNOLOGO SANTIAGO ANDRES MAFLA ULLOA RECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LIBERTAD" DE LA PARROQUIA LA LIBERTAD, CANTÓN ESPEJO, PROVINCIA DEL CARCHI.

CERTIFICADO

CERTIFICO: Que el Sr. AZA CAICEDO MARLON JAVIER con C.C. 0401652680, estudiante del octavo semestre de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte socializó en de la Unidad educativa "Libertad", la propuesta metodológica para el desarrollo de la iniciación deportiva y el mini atletismo en los docentes del área de Cultura Física y niños de 7 a 8 años.

Es todo cuanto puedo certificar facultando a la interesada hacer con el presente como se estime conveniente.

La Libertad, 26 de octubre del 2017

Tec. Santiago Mafla
RECTOR U E L



SOMOS PARTE DE UN EQUIPO EXCEPCIONAL EL MINEDUC

URKUND

Urkund Analysis Result

Analysed Document: TESSIS MARLON URKUND.docx (D35881112)
Submitted: 2/23/2018 11:46:00 PM
Submitted By: javiercaicedoo@gmail.com
Significance: 10 %

Sources included in the report:

urkun.docx (D31635439)
 TRABAJO DE GRADO daniel.docx (D17238411)
 tesis MIJAHIL FLORES URKUND 2.rtf (D20870618)
 SR LUNA URKUND (1).docx (D31930503)
 procesos de iniciacion fabricio paz.docx (D32320073)
<http://dspace.un.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/15708/1/TESSIS%20PATRIO%20O%20CORREGIDO%20.pdf>
http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6747/1/FCHE_LCF_255.pdf
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/7755/1/05%20FECYT%203282%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Instances where selected sources appear:

36



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	DE	0401652680	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Y	Marlon Javier Aza Caicedo	
DIRECCIÓN:		Tulcán, Av. Veintimilla y Camilo Ponce	
EMAIL:		javiercaicedoo@gmail.com	
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL	0986052664

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y SU INFLUENCIA EN EL MINI ATLETISMO EN LOS NIÑOS DE 7 A 8 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA LIBERTAD, EN EL CANTÓN ESPEJO, PROVINCIA DEL CARCHI, AÑO LECTIVO 2017-2018.
AUTOR (ES):	Marlon Javier Aza Caicedo
FECHA: AAAAMMDD	2018/03/01
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Zoila Realpe

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Marlon Javier Aza Caicedo, con cédula de identidad Nro. 0401652680, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 01 días del mes de marzo de 2018

EL AUTOR:

(Firma).....
 Nombre: Marlon Javier Aza Caicedo
 C.C. 0401652680

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE****CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

Yo, Marlon Javier Aza Caicedo, con cédula de identidad Nro. 0401652680 manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado titulado: La iniciación deportiva y su influencia en el mini atletismo en los niños de 7 a 8 años de la Unidad Educativa Libertad, en el Cantón Espejo, Provincia del Carchi, año lectivo 2017-2018 que ha sido desarrollada para optar por el Título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 01 días del mes de marzo de 2018

(Firma)

Nombre: Marlon Javier Aza Caicedo
Cédula: 0401652680

Anexo N° 9 Fotos

Fuente: Marlon Aza

Fuente: Marlon Aza



Fuente: Marlon Aza



Fuente: Marlon Aza



Fuente: Marlon Aza